

Katja Kärki & Anna-Leena Salonoja

Vuorovaikutusosaaminen muistityössä

Kohtaamisia muistikodin arjessa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Geronomi (AMK)

Vanhustyön tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

9.4. 2018

Tekijät Otsikko Sivumäärä Aika	Katja Kärki & Anna-Leena Salonoja Vuorovaikutusosaaminen muistityössä. Kohtaamisia muistikodin arjessa 41 sivua + 6 liitettä 9.4.2018
Tutkinto	Geronomi (AMK)
Koulutusohjelma	Vanhustyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Vanhustyö
Ohjaaja	Lehtori Mari Heitto
<p>Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa erilaisia vuorovaikutuksen tapoja asukkaan ja työntekijän välisessä vuorovaikutuksessa muistikodissa. Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda näkyviksi vuorovaikutuksen tavat, joilla muistikuntoutuja kohdataan. Työelämäkumppani on pääkaupunkiseudulla toimiva muistikoti, jossa asuu 12 muistikuntoutujaa. Muistikodin henkilökunta koostuu erilaisista sosiaali- ja terveysalojen osaajista.</p> <p>Opinnäytetyössä selvitetään, millaisia vuorovaikutuksen tapoja muistikodissa on ja miten ympäristö tukee muistikuntoutujan vuorovaikutusta. Aineisto kerättiin ja käytiin systemaattisesti läpi, jonka jälkeen se teemoitettiin aineistolähtöisesti. Havaintoja kerättiin yhteensä 270 kappaletta. Tulokset esitellään teemojen mukaan aineistosta nousseiden esimerkkien kautta. Opinnäytetyön tulokset ovat työnantajan käytettävissä, ja ne voivat toimia innoittajana muistityön kehittämisessä organisaatiossa.</p> <p>Opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä käytetään havainnointia, sillä sen keinoin pystytään tuomaan näkyviksi muistikuntoutujien ja työntekijöiden väliset vuorovaikutustilanteet. Havainnointeja tehtiin muistikodin yhteisissä tiloissa kolmen viikon aikana yhdeksän kertaa, noin kaksi tuntia kerrallaan. Aineistoa kerättiin arkisin eri vuorokauden aikoina, ei öisin. Opinnäytetyön teoreettisia viitekehyksiä ovat vuorovaikutusosaaminen muistityössä, osallisuuden merkitys muistikuntoutujan arjessa sekä muistiystävällinen ympäristö. Opinnäytetyössä pohditaan myös toiseuden teoriaa muistityön näkökulmasta.</p> <p>Tulokset osoittavat, että muistityötä tulee edelleen kehittää. Vuorovaikutusosaaminen on lähtökohta onnistuneelle ja laadultaan hyvälle muistityölle. Muistikodin ympäristöllä on suuri merkitys muistikuntoutujien arvokkaan elämän tukemisessa. Aito kohtaaminen tukee hoivayhteyden syntymistä ja mahdollistaa turvallisen ja luottamuksellisen hoivasuhteen. Tulevaisuudessa tulisi selvittää, kuinka yhteiskunnan ja organisaatioiden rakenteet voivat parantaa ja edistää muistikuntoutujan asemaa yhteiskunnassa.</p>	
Avainsanat	muistityö, vuorovaikutus, kohtaaminen, muistiystävällinen ympäristö

Authors Title Number of Pages Date	Katja Kärki, Anna-Leena Salonoja Interaction Skills when Working with Patients with Memory Disorders. Encounters in a nursing home 41 pages + 6 appendices 9.4.2018
Degree	Bachelor of Social Services and Health Care
Degree Programme	Elderly Care
Specialisation option	Elderly Care
Instructor	Senior Lecturer Mari Heitto
<p>The purpose of this thesis was to investigate the current ways of interaction in a nursing home between workers and people who already have a serious memory disorder. How does the surrounding environment support the interactions in the nursing home? This thesis was carried out in the Helsinki metropolitan area in a nursing home with 12 residents and workers who are professionals in social- and healthcare sectors.</p> <p>The data was collected by observation and the material was subdivided and analyzed. The observation method was a research method, because with this method we could make visible the ways of interaction they had in the nursing home between workers and people with memory disorders. During a three-week period, observations were made nine times, about two hours at a time, in the common areas of the nursing home. The material was collected on weekdays, at different times of day, not at night. A total of 270 observations were collected.</p> <p>The following background theories were presented: How to interact with people who have memory disorders, the importance of the environment in supporting the memory with people who already have some serious memory disorders and the importance of encounters. The result of the Bachelor's thesis can be utilised by the employer. These results can be an inspiration and can be used to improve the quality of work to the benefit of the residents in the nursing home.</p> <p>The results showed that work needs to be developed for the benefit of people who have memory disorders, and interactions skills are the main point for successful and high-quality work. Surrounding area is relevant when they want to support residents' valuable life. Genuine encounter supports the caring connections and allows a safe and confidential relationship. In the future it should be explored, how to promote the status of the people who have memory disorders in society.</p>	
Keywords	interaction skills, involvement, surrounding area

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Teoreettinen viitekehys	3
2.1	Vuorovaikutuksen ja kohtaamisen merkitys muistikuntoutujan elämässä	3
2.2	Muistiystävällinen ympäristö vuorovaikutuksen tukena	7
2.3	Osallisuus, yhteenkuuluvuus ja toiseus	10
2.4	Muistikuntoutujan käyttäytymisen muutokset	13
2.5	Opinnäytetyön tuloksissa käytetyt keskeiset käsitteet	15
3	Opinnäytetyön toteutus ja tutkimusmenetelmät	16
3.1	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite sekä tutkimuskysymykset	16
3.2	Opinnäytetyön kohderyhmä ja aineiston keruu	16
3.3	Aineiston analyysi	19
4	Tulokset	20
4.1	Vuorovaikutuksen tapoja ruokailutilanteissa	20
4.2	Erilaisia vuorovaikutuksen tapoja arjen tilanteissa	22
4.3	Osallisuuden tukeminen arjen vuorovaikutustilanteissa	26
4.4	Ympäristön merkitys vuorovaikutuksessa	28
5	Johtopäätökset	31
6	Pohdinta	34
	Lähteet	42
	Liitteet	44

1 Johdanto

Muistikuntoutujan kokemukseen omasta elämästä, ympäristöstä ja hyvinvoinnista on alettu kiinnittää huomiota yhä enemmän viime vuosikymmenen aikana. Useammin esitetään kysymyksiä siitä, mitä muistikuntoutajat itse toivovat omassa elämässään ja millainen arki antaa elämälle merkityksellisyyttä, sekä vastaavatko heille suunnatut palvelut heidän toiveitaan. Hyvin vähän on tutkimuksia siitä, kuinka heitä kohdellaan ja kohdataan erilaisissa yhteyksissä ja toimintaympäristöissä. (Topo – Sormunen – Saarikalle – Räikkönen – Eloniemi-Sulkava 2009: 17, 119.) Dunderfelt (2010) osoittaa, että kohtaamisella ja onnistuneella vuorovaikutuksella voi parhaimmillaan olla terapeuttisia ja jopa parantavia vaikutuksia (Dunderfelt 2010: 9). Meidän tulee kuunnella muistikuntoutujia, jotta heidän äänensä tulee kuuluviin ja voimme parhaalla mahdollisella tavalla lisätä tietoutta muistisairauksista ja elämästä muistikuntoutujana (Semi – Salmi – Mykkänen 2016: 9).

Sosiaali- ja terveysministeriö on asettanut työryhmän, jossa on laadittu kansallinen muistiohjelma vuosille 2012–2020. Muistiohjelman tarkoituksena on tukea kuntia sekä kuntayhtymiä varautumaan kansantalouden sekä kansanterveyden kannalta muun muassa muistikuntoutujien määrän nousuun. Kuntien tulee varautua myös palvelujärjestelmän kehittämiseen. Kansantalouden kannalta Alzheimerin tauti ja muut etenevät muistisairaudet ovat suuri haaste. Muistikuntoutujien määrä tulee tulevaisuudessa lisääntymään, sillä väestö ikääntyy, elinajat ovat pidempiä ja muistisairauksia esiintyy myös työikäisillä. Muistikuntoutujat tarvitsevat sairautensa edetessä tavallisesti ympärivuorokautista hoivaa. Muistikuntoutujan ympärivuorokautisen hoidon ja hoivan tulee olla tavoitteellista ja tarjota mahdollisuuden elää hyvää, mielekästä ja arvokasta elämää. Laadukas hoito ja hoiva ovat kuntouttavaa, sisältävät aktiviteetteja sekä erilaisia säännöllisiä toimintoja, jotka osaltaan tukevat muistikuntoutujan toimijuutta, toimintakykyä ja kokonaisvaltaista kuntoutumista. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012: 6–13.)

Työelämäkumppanimme on pääkaupunkiseudulla toimiva muistikoti, jossa asuu 12 muistikuntoutujaa. Muistikodin henkilökunta koostuu erilaisista sosiaali- ja terveysalojen osaajista. Havainnoinnit toteutettiin muistikodin olohuoneessa ja keittiössä. Olohuoneessa oli värikkäitä nojatuoleja, joista osasta oli koottu ikään kuin sohva. Sohvan yläpuolelle oli maalattu kolme isoa punaista kukkaa. Nojatuoleilla oli erilaisia kauniita torkkupeittoja ja tyynyjä. Olohuoneessa oli kaksi ruokapöytää, joista toinen oli pienempi ja sen ääressä ruokaili aina yksi ja sama henkilö. Olohuoneen ikkunalaudalla oli viherkasveja. Muistikodin keittiössä oli kaksi ruokailuryhmää. Keittiö oli hyvin varusteltu ja ruoka

tuotiin keittiöön valmiina ruokakärryllä. Olohuoneen ja keittiön sisustus oli pelkistetty ja värimaailma klininen. Olohuoneen takana, ennen työntekijöiden kansliaa, oli pieni kam-mari. Tästä tilasta löytyi lasivitriini, jonka päällä oli viherkasveja. Vitriinissä oli muun muassa posliinikuppeja, koriste esineitä ja lautapelejä. Kammarissa koreili myös piano, jonka päällä oli viherkasveja. Kammarista löytyi myös nojatuolit, joilla oli kaksi isoäidin-neliöistä virkattua tilkkutäkkiä ja iso nalle. Nojatuolien välissä oli pieni pöytä ja seinää koristi ryijy.

Opinnäytetyössä käytämme henkilökunnasta puhuttaessa yhteisesti nimitystä työntekijä ja muistikodin asukkaita kuvaamme sanoilla asukas tai muistikuntoutuja. Käytämme muistikuntoutuja-sanaa muistisairas-sanana sijaan, sillä näkemyksemme mukaan muisti-sairauden takana on ihminen omine vahvuuksineen ja voimavaroineen. Hoivayhteyden kehittäminen on ajankohtaista, kun halutaan tehdä laadukasta muistityötä. Muistikun-toutujien hoidon- ja hoivan laatu ja työntekijöiden muistiosaaminen ovat tärkeä laadun mittari. Työnantaja voi hyödyntää organisaatiossaan opinnäytetyön tuloksia kehittäes-sään muistityötä.

Teoreettisessa viitekehyksessä kuvaamme vuorovaikutuksen ja kohtaamisen merkitystä muistikuntoutujan elämässä. Käsitlemme myös muistiystävällisen ympäristön merki-tystä vuorovaikutuksen tukena muistikodissa. Kolmannessa luvussa kuvaamme opin-näytetyön käytännön toteutusta ja siinä käytetyt menetelmät. Tulokset on esitetty esi-merkein ja taulukoin. Lopuksi pohdimme tulosten merkitystä ja annamme kehittämiseh-dotuksia. Opinnäytetyöllä haluamme lisätä muistikuntoutujien kanssa työskentelevien ammattilaisten, läheisten sekä perheiden tietoutta ja ymmärrystä kohdata muistikuntou-tuja. Opinnäytetyö käsittelee hoivayhteyttä valitsemassamme muistikodissa. Hoivayh-teydellä tarkoitamme työntekijöiden ja muistikuntoutujien välisiä kohtaamisia, erilaisia vuorovaikutuksen tapoja sekä muistiystävällistä ympäristöä. Näkemyksemme mukaan aihe on merkityksellinen ja ajankohtainen, sillä muistikuntoutujien asemaa tulee paran-taa yhteiskunnassa. Muistikodissa työskentelevien työntekijöiden kohtaamistaitoja ja muistityön osaamista tulee edelleen kehittää.

2 Teoreettinen viitekehys

2.1 Vuorovaikutuksen ja kohtaamisen merkitys muistikuntoutujan elämässä

Muistisairauden edetessä orientaatiokyky alkaa heiketä, paikkatietoisuus häviää ja omaan minuuteen liittyvä tieto häiriintyy (Laaksonen – Rantala – Eloniemi-Sulkava 2016: 12–13). Hallikainen, Mönkäre ja Nukari (2017) käsittelevät vuorovaikutuksen periaatteita muistikuntoutujan kanssa. Vuorovaikutustaitojen hallinta on iso osa työntekijän ammatillisuutta. Muistikuntoutujan kanssa vuorovaikutuksessa oleminen on lääkkeetöntä hoitoa, eikä se ole pelkkiä sanoja, vaan myös eleitä, äännähdyksiä, kasvojen ilmeitä, katsekontaktia ja kosketusta. (Hallikainen – Mönkäre – Nukari 2017: 45.) Martela (2012) kuvaa väitöskirjassaan *Caring Connections* työntekijöiden kokevan hyvien kohtaamisten tukevan ja lisäävän heidän työhyvinvointiaan ja työssä jaksamista. Työntekijät kokivat onnistuneet kohtaamiset kantavana voimavarana ja heidän mukaansa ne tekevät osaltaan merkitykselliseksi työskentelyn ikäihmisten parissa. (Martela 2012: 194.)

Ilmaisukyvyn heiketessä muistikuntoutuja voi kompensoida epäselvää puhettaan toistuvien liikkeiden tai äänen avulla. Kolkuttelu, vaeltelu ja toistaminen ovat muistikuntoutujan keinoja viestiä tunteistaan. Hän voi kuljettaa esineitä paikasta toiseen ja liike voi olla tapa poistaa ikävystymistä, vahvistaa olemassaolon tunnetta tai palauttaa mieleen tunne-elämyksiä. Keinuttelu, toisten ihmisten silittäminen ja nukke tai pehmolelu viestittävät vanhemman hoivasta, tai se voi merkitä jotain muuta tunneasiaa. Muistikuntoutuja hyötyy rakastavasta ja arvostavasta kosketuksesta. Muistisairauden vaikeassakin vaiheessa muistikuntoutuja aistii kosketuksen, hän kuulee puheen ja voi tunnistaa hoivaajansa, vaikka ei tunnistaisikaan enää omaa kehoaan. Kun muistikuntoutuja kohdataan lämpimin tuntein, hänellä ei välttämättä ole tarvetta vetäytyä ympäristöstään. Vuorovaikutuksen tavoitteena viimeisissä muistisairauden vaiheissa on saada katsekontakti ja yhteys. Muistikuntoutuja voi vielä hymyillä, hyräillä ja liikuttua. (Pohjavirta 2012: 54–58.)

Pohjavirta (2012) korostaa, että tapa koskettaa luo sävyn hoitosuhteelle. Kosketus voi tuoda muistikuntoutujan mieleen asioita hyvinkin kaukaa, jopa ajalta, kun hän ei vielä osannut puhua. Kosketuksen merkitys kasvaa, kun muistisairaus etenee. Kosketukseen tulee aina pyytää lupa toiselta ihmiseltä. Kosketus voi rauhoittaa ja tuntua hyvältä, mutta se voi myös pelästyttää, sillä kaikki eivät pidä kosketuksesta. (Pohjavirta 2012: 37.)

Semi (2015) kuvaa *Mieleen tatuoitu minuus* teoksessa professori Kitwoodin ajatuksia ihmiseen keskittyneestä hoivasta. Sillä tarkoitetaan ihmisen näkemistä muistisairauden takaa sekä muistityöntekijöiden vuorovaikutustaitojen ja muistikuntoutujien sosiaalisten suhteiden merkityksellisyyttä. Muistikuntoutujan arvostus näkyy työntekijöiden käyttäytymisessä, viestinnässä sekä kirjallisissakin ilmaisuissa. Vuorovaikutteisia prosesseja, jotka vahingoittavat hoivasuhteessa olevaa ovat muun muassa ohittaminen, lapsen asemaan asettaminen, mitätöinti, esineellistäminen ja huomiotta jättäminen. (Semi 2015: 8, 13.)

Myötätuntoinen uteliaisuus on tapa olla vuorovaikutuksessa muistikuntoutujan kanssa. Siinä vahvistetaan ihmisen kokemuksia elämästä tässä ja nyt. Tämä kuuntelemisen taito tarjoaa muistityöntekijälle mahdollisuuden havaita muistikuntoutujan sanatonta viestintää ja tarkkailla hänen käyttäytymistään. Vaikeaa muistisairautta sairastavan ihmisen kanssa kommunikointi on usein myös sanatonta. Se on kädestä kiinni pitämistä, silmiin katsomista ja muilla hyväksyville tavoilla yhteyden vahvistamista, kuten nyökyttelyä ja hymyilemistä. Muistityöntekijän rauhallinen ja rento asenne tukee kommunikaatiota. Muistikuntoutajat ovat taitavia tulkitsemaan ympärillä vallitsevaa tunneilmastoa ja toisten kehonkieltä. (Semi 2015: 40.) Martela (2012) kuvaa hoivayhteyttä, jossa muistikuntoutuja ja muistityöntekijä kohtaavat tunnetasolla. Molemmat tuntevat aidon yhteyden sekä lämmön ja hoivan. He ovat läsnä toisiaan varten. (Martela 2012: 17.)

Myötätuntoinen uteliaisuus vaatii muistityöntekijältä pysähtymistä kohtaamistilanteiden äärelle, se vaatii antamaan itsestään enemmän ja kykyä pohtia, kuinka kannustaa muistikuntoutujaa ilmaisemaan tunteitaan ja kokemuksiaan. Paljon helpompaa on etääntyä ja piiloutua työtehtävien taakse. Muistikuntoutujan käyttäytymisen ymmärtäminen ja vuorovaikutuksen tukeminen ovat helpompaa, kun tunnemme hänen elämäntarinaansa. Oman elämäntarinan kokeminen lohduttaa muistikuntoutujaa, kun kognitiiviset kyvyt heikentyvät. Elämäntarinan ylläpitäminen tukee myös identiteettiä. Elämänhistorian tuntemisen avulla voidaan tukea muistikuntoutujan myönteisiä ihmissuhteita, ja auttaa muistikuntoutujaa tuntemaan olonsa kodikkaaksi, sekä löytämään yhteyden toisiin ihmisiin ja ymmärtämään pelkoja. Se auttaa myös tiedostamaan, kuinka voimme antaa yksilöllistä hoivaa niin, että se tuntuu muistikuntoutujasta hyvälle ja hän hyväksyy sen. Elämäntarinan tunteminen toimii myös keskustelujen tukena ja auttaa löytämään sopivia aktiviteetteja. (Semi 2015: 41, 53.)

Vuorovaikutusta voidaan tukea kysymällä kysymyksiä, joihin on helppo vastata. Kysytään lyhyitä ja avoimia kysymyksiä juuri tästä hetkestä. Kuunnellaan myös miltä muistikuntoutujan puhe ja äänensävy kuulostavat, sekä aistitaan kehonkieltä. Jos muistikuntoutuja esimerkiksi katsoo poispäin, hänen puheessaan on taukoja, hän sopertelee, nauraa itselleen tai pyörittelee päätään, voi se olla vihje huolista tai kertoa jotakin hänen ajatuksistaan. Tällaiseen hetkeen on hyvä tarttua. Myötätuntoinen muistityöntekijä antaa muistikuntoutujalle tilaa kommunikoida ja aikaa löytää sanoja. Vaikeaa muistisairautta sairastava ihminen eristäytyy tullessaan ohitetuksi ja tästä saattaa seurata turhautumista, joka voi johtaa hiljaisuuteen vetäytymisenä tai huutamisena. Tilanteissa, joissa muistikuntoutuja ei löydä sanoja, voidaan hänelle esittää vaihtoehtoisia sanoja, joilla on samanlainen kaiku. Muistikuntoutuja voi määritellä itseään esimerkiksi ammattinsa kautta ja hän voi insinöörinä käyttää esimerkiksi sanoja systeemi tai järjestelmä, kuten: ”Tämä järjestelmä ei toimi”. (Semi 2015: 40.)

Kielentutkija Lindholm Helsingin yliopistosta on teoksessaan *När orden fattas* käsitellyt muistisairauksien vaikutusta vuorovaikutukseen. Hänen mukaan muistisairauksien vaikutuksia henkilön kielellisiin kykyihin on tutkittu pitkään. Vuorovaikutustilanne saattaa muuttua muistikuntoutujan kannalta haasteelliseksi, jos ympäristö tarjoaa liikaa virikkeitä joka suunnalta. Arjen vuorovaikutustilanteissa muistikuntoutujan haasteena saattaa olla taustamelu sekä se, että asioita tehdään samanaikaisesti. Muistityöntekijä saattaa puhua muistikuntoutujalle samalla, kun hän esimerkiksi kattaa astioita ruokapöytään, tai kun hän kävelee huoneesta pois. Ryhmätilanteet saattavat olla haastavia, koska niissä syntyy herkästi päällekkäispuhuntaa. Tällaisessa tilanteessa muistikuntoutujan orientaatiokyky on koetuksella. Ohjatut virkistystuokiot voivat olla haasteellisia, sillä muistikuntoutujien kognitiiviset kyvyt ovat erilaisia ja näin ollen heidän edellytykset osallistua ohjattuun tuokioon vaihtelevat. (Suomen muistiasiantuntijat n.d.)

Kielelliset haasteet lisääntyvät kaikilla muistikuntoutujilla. Afasia on yleisnimitys, jolla tarkoitetaan häiriötä puheen tuottamisessa ja ymmärtämisessä. Alzheimerin tautia sairastavilla saattaa lukukyky säilyä pitkään ja tätä kannattaakin käyttää hyödyksi viestiessä muistikuntoutujan kanssa. Haasteita voi olla esimerkiksi sanojen löytämisen vaikeus, hidas puhuminen, puhumattomuus tai puhetulva, josta ei saa selvää tai toisen lauseiden toistaminen. Muistikuntoutujan saattaa olla haastavaa löytää pronomineja tai ymmärtää niitä lauseissa. Muistityöntekijä voi puheellaan viitata edelliseen lauseeseen käyttämällä pronomineja esimerkiksi ”se, tuo, hän”, jolloin muistikuntoutujan tulisi muistaa mistä on puhuttu. Muistityöntekijän tulee puheessaan käyttää suoraan esineiden ja ihmisten nimiä

sekä toistaa niitä useasti ja näin tukea muistikuntoutujaa vuorovaikutustilanteessa. (Laaksonen ym. 2016: 16, 48.)

Yksi tärkeä lähtökohta muistikuntoutujan kohtaamisessa on hänen yksilöllisyytensä tukeminen sekä haavoittuvuuden tiedostaminen. Muistityöntekijältä vaaditaan ammatillisuutta sekä osaamista muistisairauksista, niiden oirekuvista sekä etenemisestä, jotta hän voi kohdata muistikuntoutujan. Muistisairaus ei määritä muistikuntoutujaa ihmisenä tai hänen elämänsä, vaan hänen suhteet omaisiin, eletty elämä sekä kokemukset siitä, kuinka totuttua elämää voi jatkaa muistikuntoutujana. (Sarvimäki – Heimonen – Mäki-Petäjä-Leinonen 2010: 79–80.) Muistikuntoutujan tapa olla vuorovaikutuksessa muuttuu sairauden myötä, mutta tarve saada olla vuorovaikutuksessa toiseen ihmiseen ei muutu (Papunet 2017).

Muistisairauden edetessä kyky arvioida erilaisia tilanteita muuttuu. Muistikuntoutuja voi sanoa tai tehdä asioita, joita ei yleisesti pidetä hyvänä käytöksenä. Seksuaalisuuteen liittyvät sanat saattavat herättää muissa hämmennystä ja tässä muistityöntekijöiden asenteet ja toiminta ovat tärkeässä asemassa. Tilanteeseen tulee suhtautua asiallisesti, epäsoveliaista käytöstä ei tule vahvistaa tai provosoida. Jos muistikuntoutujan käytös on muita häiritsevää, tulee asettaa rajat, mutta niin, ettei muistikuntoutujaa nolata tai komenneta. (Laaksonen ym. 2016: 13–16.)

Muistisairauden edetessä havaintotoiminnot vaikeutuvat. Muistikuntoutujalla saattaa olla vaikeuksia tunnistaa esineitä, kasvoja tai tiloja ja hän saattaa eksyä tutussakin paikassa. Tunne siitä, ettei tunnista kelloa tai tilaa voi olla muistikuntoutujalle itselleen hyvinkin pelottavaa. Ajantajun hämartyminen ja pitkät odotusajat voivat hermostuttaa muistikuntoutujaa. Tämä hermostuneisuus voi tarttua myös muistityöntekijöihin. Vuorovaikutuksessa on hyvä pysyä rauhallisena ja suunnata ajatukset johonkin muuhun, kuin odottamiseen. (Laaksonen ym. 2016: 13–16.) Muistikuntoutuja kohdataan ainutlaatuisena oman elämänsä asiantuntijana. Muistisairaus ei muuta ihmistä jonkun samanlaisen kaavan mukaisesti, vaan jokainen on oman elämänhistorian muovaama henkilö. (Kan – Pohjola 2012: 200.)

Ihmislähtöistä hoivaa antava muistityöntekijä selvittää, mistä kunkin muistikuntoutujan minäkuva rakentuu ja millaisten asioiden kautta he määrittelevät itseään. Onko hän isä, äiti, isoisä tai isoäiti vai ammattilainen tai osaaja? Onko hän lääkärin tai maanviljelijän puoliso? Entä millaisia asioita hän omissa lapsissaan pitää tärkeänä? Se kuka hän on,

liittyy läheisesti nimeen, jolla mieluiten kutsuu itseään. Vuorovaikutustilanteessa muistikuntoutuja voi yhdistää toisen ihmisen jo kauan sitten kuolleeseen ja lämpimästi käyttäytyneeseen Liisa-tätiin. Näihin tuntemuksiin vastataan kunnioittavasti ja positiivisesti. Identiteettiä ylläpitävät myös ihmisen tapa puhua ja käyttää kehonkieltä. Samoin myös ihmisen koti liittää hänet minuuteen ja omaan tarinaan. (Semi 2015: 91.)

Lohtu on sana, joka kantaa sellaisia merkityksiä, kuin läheisyys, hellyys, myötäeläminen, kivun ja surun lievittäminen, turvallisuuden tunne ja rauhoittaminen. Lohdun antaminen toiselle ihmiselle auttaa pysymään pystyssä, silloin kun kohtaamme menetyksiä elämässämme. Muistikuntoutujalla on tarve kokea tulevaisuuden lohdutetuksi, silloin kun kognitiiviset taidot alenevat. Jo antiikin ajalla kuvailtiin lohtua jonkinlaisena kotiin tulemisen tunteena, kun sielu tulee kodiksi itselleen. Lohtu sisältää syvällisen hoivaamisen tason, joka aidosti kohtaa muistikuntoutujan emotionaaliset tarpeet. (Semi 2015: 93.)

Muistikuntoutujan itse kukoistaa hänen elämänsä loppuun saakka arvostavalla ja kunnioittavalla vuorovaikutuksella. Muistikuntoutujan elämässä korostuvat läheisten ja perheen rooli hänen muuttaessaan muistikotiin. Päivittäin tapahtuva vuorovaikutus tukee muistikuntoutujan hyvinvointia ja ihmissuhteita. Muistityöntekijät tukevat muistikuntoutujaa ylläpitämään hänelle tärkeitä ihmissuhteita auttamalla kirjeiden ja korttien kirjoittamisessa, puhelimen käytössä sekä esittelemällä muistikuntoutujia toisilleen. (Semi ym. 2016: 31–35.) Martelan (2012) mukaan muistityöntekijöiden positiivinen asenne tartuttaa ilon ja myönteisyyden muistikuntoutujiin. Aidossa kohtaamisessa ei tapahdu toiseuttamista, vaan molemmat osapuolet ovat tasavertaisia ja yhtä lailla hyödynsääjia. (Martela 2012: 17–18, 196.)

2.2 Muistiystävällinen ympäristö vuorovaikutuksen tukena

Muistikotiin muuttaminen voi olla muistikuntoutujalle haasteellista, koska kognitiiviset kyvyt ovat heikentyneet. Vieras ympäristö pelottaa. Näkymät, äänet ja tuoksut eivät tunnu tutuilta. Tutut arjen rutiinit muuttuvat. Hermostuneisuus ja hätäantymisen voivat olla keinoja tuoda esiin pelkoja. Muistikuntoutuja saattaa menettää ruokahalunsa, eristäytyä huoneeseensa tai suhtautua negatiivisesti hoivan vastaanottamiseen. Ihmislähtöinen lähestymistapa tukee ja auttaa muistikuntoutujan sopeutumista uuteen ympäristöön. Elämäntarinan tunteminen auttaa rakentamaan hänelle mielekkään elämän muistikodissa. Muistikuntoutujalle merkityksellisten asioiden ankkuroiminen arjen rutiineihin liittävät hänet omaan elämäänsä ja ympäristöön. (Semi 2015: 55.)

Astuessamme sisään muistikotiin antaa ensivaikutelma meille tärkeän viestin. Saavuimme meko paikkaan, joka toivottaa meidät lämpimästi tervetulleiksi ja joka on asukkaita varten, ei vain työpaikka työntekijöille. Esteettisesti kaunis ja viihtyisä ympäristö antaa ihmiselle vaikutelman, että hänestä välitetään. Myös se miltä ympäristö näyttää ja tuntuu vaikuttaa ihmisen käyttäytymiseen. Sisä- ja ulkotilojen tunnelma voi vähentää stressiä, lisätä tyytyväisyyttä ja on suoraan suhteessa koettuun hoivan laatuun ja vuorovaikutukseen. Hyvä ympäristön suunnittelu mahdollistaa muistikuntoutujan merkityksellisen toiminnan hänen arjessaan. Nautitaan päivänvalosta. Avataan kodin verhot ja kaihtimet. Päivänvalo parantaa mielialaa ja unenlaatua. (Semi ym. 2016: 11–12.)

Tuoko vallitseva ympäristö rikkautta koko yhteisön arkeen ja elämään? Löytyykö ympäristöstä jokaiselle mielipaikkoja? Taiteen ja terveyden yhteyttä on tutkittu paljon. Kuva- taiteet ja sisustus edistävät ihmisen hyvinvointia. Arkkitehtuuri ja taide auttavat muistikuntoutujaa liittymään ympäristöön. Taide on merkityksellinen virkistystyksen ja ilon lähde. Muistisairauden edetessä on asukkaan kannalta tärkeää, että ympäristöstä löytyy käsin kosketeltavia materiaaleja, kuten huopia ja lampaantaljoja. Lipastoista ja laatikoista löytyy muistitarjounta. Muistelumateriaalia sisältävät kokoelmat voidaan nimetä, esimerkiksi Lauluvakaksi, Maatilan elämää, Ompelukorin aarteet, Kapiokirstu tai Isoisän aarreaitta. Esineet aktivoivat muistoja ja aistimaailmaa. Ympäristö voi olla parhaimmillaan nautittava ja monin tavoin rikastuttaa vuorovaikutusta. Ankea näkymä yhteisissä tiloissa on tyhjät pöydät, joiden ympärillä asukkaat odottavat jotakin tyhjien käsin. (Semi ym. 2016: 75–77.)

Semin (2015) mukaan muistityöntekijöiden tehtävänä on luoda lämmin, ihmisystävällinen ympäristö. Muistikuntoutuja luottaa siihen, että hänen ympärillään olevat ihmiset suhtautuvat häneen ymmärtäen, rakastaen ja arvostaen. Tiedetään, että ihmisellä on yksi kaiken sisältävä tarve – rakkaus. Kun elämisen piiri tukee muistikuntoutujan itsetuntoa, kykenee hän liittymään turvallisesti ympäristöönsä. (Semi 2015: 82.) Luonnonvaloa voi hyödyntää isoilla ikkunoilla, jotka tarjoavat maiseman luontoon, sinne missä sielu lepää. Ikkuna josta näkee luontoa, pihan tai puutarhan antaa ihmiselle mahdollisuuden seurata vuodenaikojen vaihtelua, sadetta, lumihuutaleita, auringon paistetta ja siitä näkee päivän ja yön. Luonnonvalo auttaa muistikuntoutujaa tunnistamaan vuodenaajan sekä vuorokaudenaikoja. Näistä maisemista muistityöntekijä ammentaa keskustelunaiheita. (Semi ym. 2016: 161.)

Koti-sana tuo mieleen laajan kirjon kokemuksia ihmisen elämästä. Muistikodissa muistikuntoutujalle saattaa tulla tarve lähteä kotiin. Silloin hän tarvitsee ympärilleen myötätuntoisia ihmisiä, joilla on kyky lohduttaa. Muistityöntekijät tukevat muistikuntoutujaa tuntemaan olonsa kotoisaksi. Koti on ihmiselle paikka mihin on hyvä mennä, se on ihmisen turvasatama. Siellä voi elää omaa arkeaan ja omannäköistä elämäntapaa. Kotona viihtyy, siellä voi olla sellainen kuin on, olla huolista vapaa. (Semi ym. 2016: 39, 47.) Muistikotia voi kutsua huusholliksi, jossa muistikuntoutuja asuu ja jakaa kodin tiloja toisten kanssa. Heidän arjessa ja elämässä on tukena kotitiimi, joka koostuu muistityön osajista. Onko asukkaalla mahdollisuus valita työntekijät kotiinsa, joiden käsiin voi antaa onnensa. Muistikuntoutajat luottavat siihen, että muistityöntekijät parhaalla mahdollisella tavalla huolehtivat saamastaan vastuusta ja vastaavat muistikuntoutujan tarpeisiin. (Semi ym. 2016: 11, 15).

Erilaiset taidemaalaukset, maalaus järvimaisemasta, rantasaunasta laitureineen, syksyinen vaahtera, kuurankukat ja hohtavat hanget synnyttävät puheenaiheita ja herättävät muistoja. Myös väreillä on merkitystä. Punainen väri rohkaisee osallistumaan toimintaan. Punaiset kengät voivat houkutella kävelylle. Vihreä väri saattaa lisätä lukemisen intoa. Värien avulla luodaan tunnelmaa, josta huokuu lämpöä ja turvallisuutta. Muistikuntoutujalle turvallisuuden tunne on ensiarvoisen tärkeää. Tunnelmaa voidaan luoda myös valaistuksella, harmonialla ja erilaisilla pinnoilla. (Semi ym. 2016: 80–83, 147.) Visuaaliset seikat, äänet joita kuulemme, tuoksut sekä kehonaistimukset kytkevät ihmisen ympäröivään tilaan ja toimivat vuorovaikutuksen tukena. Kun ihminen havainnoi ympäristöään, käyttää hän siihen kaikkia aistejaan. Muistikuntoutuja kompensoi heikentyntä aistia toisella aistilla. (Semi ym. 2016: 125.)

Hyvin suunniteltu ympäristö tarjoaa muistikuntoutujille mielekästä ja merkityksellistä tekemistä. Tällainen toiminta tuntuu mukavalta, se on vapaaehtoista ja sillä on tarkoitus. Toimivassa ja arvostavassa ympäristössä voi olla työtupa, paikka joka edustaa muistikuntoutujalle töihin menoa. Työtupaan voidaan asettaa lavasteita ja muistitarjoumia, joihin tarttua. Työtuvasta voisi löytyä kirjoituskone, vihkoja, kyniä, lukulamppu, kansioita ja niin edelleen. Mielikuvitus vain on rajana. (Semi ym. 2016: 31.) Muistitarjoumat tukevat muistikuntoutujan mielekästä toimintaa. Ne lisäävät muistikuntoutujan onnellisuutta, kiinnostusta ympäristöä kohtaan sekä vaikuttavat ihmisen vireystilaan. Aktiviteetit tukevat muistikuntoutujan toimijuutta ja toimintakykyä. Asuintiloilla ja pohjaratkaisuilla sekä sisustuksella mahdollistetaan ja luodaan muistitarjoumia. Väreillä, valoilla ja kalusteilla voi-

daan tukea muistikuntoutujaa muistitarjoumien pariin. Muistitarjoumia ovat muun muassa muistikuntoutujan omat, tutut esineet, kosketeltavat tavarat muistikodissa ja itsenäisen oman toiminnan mahdollisuudet. Aistiympäristö luo tarjoumia esimerkiksi tuoksu- van pullan, rauhallisen musiikin ja lämpimän viltin kehon ympärillä. (Eloniemi-Sulkava – Savikko 2011: 22, 77–79.)

Valokuvat sukulaisista ja perheestä auttavat muistikuntoutujaa muistamaan heitä. Valokuvista voi kasata kollaasin ja kuviin voi kirjoittaa kuvassa esiintyvän henkilön nimen. Muistikuntoutujan huoneeseen voi koota esineitä, jotka ovat olleet tärkeitä asukkaalle. Asunnon oveen voidaan laittaa hänen lempikuvansa, joka voi olla esimerkiksi kuva nuoruudesta. Tieto asukkaan historiasta lisää arvostusta ja kunnioitusta häntä ja hänen elettyä elämää kohtaan. (Semi ym. 2016: 153–157.)

Tutkimustulokset muistelun käytöstä muistikuntoutujien kanssa ovat olleet positiivisia, sillä muistelu auttaa säilyttämään muun muassa kognitiivisia kykyjä, se lievittää masennusta, tukee muistikuntoutujan itsetuntoa sekä vuorovaikutustaitoja. Muistelu tukee muistikuntoutujaa käsittelemään menetyksiä elämässään, muistelu on sosiaalista toimintaa sekä sen keinoin voidaan vahvistaa yhteisöllisyyttä muistikodissa. Muistelun kautta muistityöntekijät voivat tutustua paremmin muistikuntoutujan elettyyn elämään ja oppia ymmärtämään muistikuntoutujan toimintatapoja sekä hänen kokemusmaailmaansa. (Eloniemi-Sulkava – Savikko 2011: 20.)

2.3 Osallisuus, yhteenkuuluvuus ja toiseus

Ihminen tarvitsee turvallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteita (Martela 2012: 53). Ihmislähtöinen työtapa, antaa mahdollisuuden löytää muistikuntoutujan ja sen yhteisön voimavaroja, jossa hän elää. Toteuttaessamme ihmislähtöistä muistityötä meidän täytyy nähdä muistikuntoutuja ihmisenä, niin kuin me muutkin olemme. Kun muistikuntoutuja haluaa ilmaista itseään, hän kommunikoi usein toiminnan ja käyttäytymisen kautta, sillä sanallinen kommunikointi on hänelle haasteellista. Muistikuntoutujat jäävät liian usein seisovaan tilaan, jossa he ovat yksin, eristäytyneinä ja avuttomina. Heidän identiteettiään valitettavasti määrittelevät muut ihmiset, he elävät toisten ihmisten aikataulujen mukaan ja heidän elämänhallintansa rajoittuu usein väärän vallankäytön seurauksena. (Semi 2015: 8–9.)

Osallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteita luodaan ottamalla mukaan ja tarjoamalla yksilöllistä mielekästä tekemistä. Muistikuntoutuja tulee aina kohdata arvostaen ja ottaa mukaan päätettäessä hänen hoidosta ja hoivasta. Ihmislähtöisen muistityön tärkeä periaate on tukea muistikuntoutujaa kaikissa hänen ihmissuhteissaan. Perinteisessä hoivatyön mallissa painottuvat tehtäväkeskeisesti henkilökohtaisessa hygieniassa-, pukeutumisessa- ja ruokailussa tukeminen. Usein työ saatetaan nähdä tehtäväsarjana, joka pitää hoitaa. Tällaisessa mallissa ihminen esineellistetään ja hän on vain tekemisen kohde. Liian helposti unohtuu ihmisen emotionaaliset, olemassa olevat tarpeet rakastetuksi- ja lohdutetuksi tulemisen tarve. Tärkeää on mielekkään tekemisen tukeminen, yhteisöön mukaan ottaminen ja identiteetin ylläpitäminen. Ihmisläheinen muistityöntekijä arvostaa ihmistä ja nostaa häntä ihmisyyteen sekä inhimillisyyteen ja positiiviseen elämään. (Semi 2015: 10.) Martelan (2012) mukaan muistityöntekijän ja muistikuntoutujan suhdetta voidaan kutsua kumppanuudeksi. Tällaisessa kumppanuudessa muistikuntoutuja nähdään tasavertaisena, ainutlaatuisena yksilönä, jolla on omat tarpeensa ja toiveensa. (Martela 2012: 54.)

Muistityöntekijöillä saattaa olla uskomus, että muistikuntoutujan kanssa on vaikea tehdä asioita, sillä muistikuntoutuja saattaa näyttää tunteettomalta, ilmeettömältä tai hän ei puhu mitään. Suljettujen silmien tai ilmeen perusteella ei tulisi tehdä johtopäätöksiä siitä, että muistikuntoutuja ei ymmärrä asioita. Muistikuntoutuja on monella tapaa tietoisempi itsestään ja ympäristöstään kuin kuvittelemme. Eettisesti kestävässä muistityöhön kuuluvat muistityöntekijän havainnointitaidot, sekä kyky reagoida muistikuntoutujien elämästä nouseviin tarpeisiin. Tähän muistityöntekijät vastaavat tukemalla ihmisten arkea ja kokemuksia itsenäisyydestä. Muistikuntoutujan ollessa riippuvainen toisista ihmisistä, tulee muistityöntekijöiden kiinnittää erityistä huomiota työskentelytapoihinsa hoivan eettisessä kontekstissa. (Semi 2015: 17, 21.)

Osallisuuden näkökulmasta yksilöllä on oikeus tehdä päätöksiä. Muistikuntoutujan oikeuksien toteutumisessa on muistityöntekijällä erityinen vastuu. Muistityöntekijän tulee huolehtia siitä, että muistikuntoutuja osallistuu päätöksentekoon omassa elämässään. Päätöksenteko vahvistaa ihmisen arvokkuutta ja hänelle tulee tunne, että elämä on elämisen arvoista. Muistikuntoutujalla tulee olla mahdollisuus joka päivä osallistua ja päättää jollakin tavalla asioistaan ja häntä tulee tukea sosiaalisiin kontakteihin. Muistikuntoutujan itsenäisyyttä voidaan rajoittaa esimerkiksi sanomalla: ”Odota, saat kohta juotavaa” tai ”odota, pääset vessaan kohta”. Televisiosta saattaa tulla ohjelmia, joita muistikuntoutuja ei haluaisi katsella, mutta ei pysty itse vaihtamaan kanavaa. Ihminen voidaan sitoa,

jotta hän pysyy aloillaan tai hänet istutetaan pöydän ääreen niin, että liikkuminen on mahdotonta. (Semi 2015: 22–23.)

Muistikuntoutujaa tulee ohjata sanallisesti liikkumaan puolen tunnin välein. Muistityöntekijä voi ohimennen huikata esimerkiksi näin: ”Tules Maija katsomaan kuinka kauniita kukkasia täällä on”. Aloitekyvyttömyys ei tarkoita sitä, että ei osaa tai ei pysty. Mikäli muistikuntoutujan aloitekyvyttömyyttä ei huomioida, alkaa hän pikkuhiljaa eristäytyä ja passivoitua. Muistitarjoumien kautta muistikuntoutujat ohjataan toiminnallisiin kokemuksiin, pois tyhjen pöytien ääreltä. Tarjoumien tarkoitus on edistää ja ylläpitää muistikuntoutujan kokonaisvaltaista toimintakykyä. (Semi 2015: 60.)

Pietilä ym. (2010) mukaan toiseus on käsite, joka viittaa toisen ihmisen pois sulkemiseen yhteisöstä tai yhteiskunnasta. Puhuttaessa toiseudesta ajatellaan, että toisilla ihmisillä olisi joitakin piirteitä, joita ei pidetä sopivina. Näiden piirteiden vuoksi toisia pidetään yhteisön puolivaltaisina jäseniä. Toiseus vieraannuttaa ihmisiä yhteiseksi tarkoitettuun kokemusmaailmasta. Toiseuttaminen ei välttämättä aina ole tarkoituksellista, vaan voi rakentua osaksi toimintakäytäntöjä huomaamatta ja toisinaan hyvää tarkoittavana holhoamisen seurauksena. Hoivaa tarvitsevien ihmisten osalta se voi olla jopa vuorovaikutusetta jättämistä. Ihmisten ohittaminen, itsemääräämisoikeuden ja toimijuuden sivuuttaminen rakentavat toiseutta ja aiheuttavat kärsimystä. Muistityön eetos on ihmisen kärsimyksen vähentämistä, muistikuntoutujan ihmisyyden tunnustamista ja hänen tarpeisiinsa vastaamista. (Pietilä ym. 2010: 261.)

Muistikodissa asuvien ihmisten elämänlaatuun vaikuttaa erityisesti muistityöntekijöiden vuorovaikutusosaaminen. Muistikodissa työ voi muuttua niin rutinoituneeksi, että muistikuntoutujat muuttuvat toisiksi, vain tehtävän työn kohteiksi. Muistityöntekijän itsensä voi olla hankala tunnistaa toiminnassaan toiseuttamista. Muistikodissa fyysinen perushoito toteutuu hyvin, mutta se on hyvin pieni osa yksittäisen muistikuntoutujan päivästä. Muistikuntoutujat odottavat lähinnä seuraavaa ruokailuhetkeä. Joskus tapahtumattomuuden rikkoo lyhyt laulu- tai virkistystuokio. Muistikuntoutujan huomiotta jättäminen, avustaminen vaikka hän kykenisi suoriutumaan toiminnosta itsenäisesti tai esimerkiksi lässyttäminen asettavat hänet toisen asemaan. Ohittaminen näyttäytyy muistikuntoutujalle esimerkiksi niin, että muistityöntekijät eivät pysähdy hänen äärelle, vaan kävelevät ohi puhumatta mitään. Laadultaan hyvässä hoidossa ja hoivassa kohdataan muistikuntoutuja ihmisenä riippumatta hänen toimintakyvystään. Hänen itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa ja ihmisyytensä tunnustaa. Hyvän hoivan ja hoidon lähtökohtana on kohdata

muistikuntoutuja oman elämänsä asiantuntijana sekä käsikirjoittajana. (Pietilä ym. 2010: 261–262.)

Kun muistikuntoutujalla on mahdollisuus toteuttaa itseään mielekkään tekemisen kautta, hän voi samalla määritellä itseään ihmisenä. Mikäli muistikuntoutujan tarvetta elää ja toimia ryhmässä ei kohdata, hänen toimintakykynsä todennäköisesti laskee. Kun tämä tarve tunnustetaan, muistikuntoutuja tunnistaa erityisen paikkansa ryhmässä ja yhteisesti jaetussa elämässä. Toivoa antavat aktiviteetit voivat olla muun muassa lämmöstä nauttiminen, selviytymistarinoiden jakaminen, luonnon ihmeiden katselu, tee- tai kahvi-hetki, raikkaiden hedelmien syöminen, kortin kirjoittaminen, vihdan kosketus iholla, luku-hetki tai oman elämäntarinan kertominen. (Semi 2015: 101.)

Henkisyys on tarve, jolla ei ole ääntä, vaan se kulkee kantajansa matkassa läpi elämän. Sen avulla etsitään elämäntarkoitusta. Henkisyyttä ihminen ammentaa kulttuuristaan ja ympäristöstään. Henkisyyteen kuuluvat uskon vakaumus, toisiin ihmisiin liittyminen, mielenrauhan etsiminen, mysteerit, energisoivat lähteet ja olemisen ydin sekä rakkaus ja hyvinvointi. (Semi 2015: 101.) Pohjavirta (2012) esittää muistikodin olevan yhteisö, joka tukee muistikuntoutujia yhteisön arjessa. Yhteisöllisyyden näkökulmasta muistikuntoutujat ja muistityöntekijät osallistuvat yhdessä yhteisön toimintaan, tilanteisiin ja tapahtumiin. Yhdessä toimiminen edistää elämänlaatua ja muistikuntoutuja saa kokea olevansa hyödyllinen ja tärkeä osa yhteisöä. Muistikodissa muistikuntoutujat ja muistityöntekijät osallistuvat yhdessä yhteisön toiminnan suunnitteluun ja päätöksentekoon. (Pohjavirta 2012: 38–39.)

2.4 Muistikuntoutujan käyttäytymisen muutokset

Käyttäytymisen muutokset tulee aina hoitaa, jos ne rasittavat muistikuntoutujaa itseään. Käyttäytymisen muutoksia voidaan hoitaa lääkkeettömästi niin, että muistikuntoutujan tarpeista huolehditaan, eikä rajoittaviin toimenpiteisiin lähdetä. Pääasiallisesti lääkkeettömällä hoidolla tarkoitetaan erilaisia psykososiaalisia lähestymistapoja, kuten ohjaamista ja opastamista. Lääkkeettömässä hoidossa työntekijöiden vuorovaikutusosaamisella ja muistiystävällisellä ympäristöllä on suuri merkitys. Tutkimusten mukaan yksilöllisellä kohtaamisella voidaan luoda vaihtoehto psyykenlääkkeiden käytölle. (Erkinjuntti – Remes – Rinne – Soininen 2015: 474–475.) Käyttäytymisen muutokset vaikuttavat ja ilmenevät eri muistisairauksissa ja niiden eri vaiheissa eri tavoin. Sosiaalisten suhteiden

muuttuminen ja aktiivisuuden väheneminen voivat osaltaan vaikuttaa sairastuneen käyttäytymiseen. (Hallikainen – Mönkäre – Nukari 2017: 55–56.) Muistikuntoutuja aistii herkästi hoivaympäristön asenteita ja ilmapiiriä, sekä samaistuu yhtä herkästi näihin asenteisiin sekä tunneilmastoon (Hallikainen 2014: 268).

Käyttäytymisen muutoksia voivat olla esimerkiksi aggressiivisuus, ahdistuneisuus, vaeltaminen, harhaluuloisuus tai masennus (Hallikainen 2014: 45). Läheiset saattavat kokea muistikuntoutujan käyttäytymisen muutoksien alentavan omaa elämänlaatuaan, sillä vuorovaikutus muistikuntoutujan kanssa muuttuu haasteellisemmaksi. Suunniteltaessa muistikuntoutujan kokonaisvaltaista hoivaa, on erityisen tärkeää tunnistaa käyttäytymisen muutosten taustalla olevat tekijät, jotta niitä voidaan lievittää. (Vataja 2014: 47–48; Pietilä ym. 2010: 262.)

Semin (2015) mukaan ihminen kokee maailmaa persoonallisuutensa kautta. Ihmisen persoonallisuuteen sisältyvät kaikki minäkuvan elementit, jotka tukevat meitä selviytymään elämän kriiseistä. Muistisairaus murtaa kaikki nämä minäkuvaa kannattelevat puolustusmekanismit. Muistikuntoutujan fyysiset tarpeet saattavat jäädä huomioimatta, koska hänellä on vaikeuksia kommunikoida. Tämä voi aiheuttaa muistikuntoutujalle stressiä ja epämukavan olon. Fyysisen toimintakyvyn ja terveydentilan heikentymisen taustalla voivat olla muun muassa kipu, lääkityksen aiheuttamat sivuvaikutukset ja suun alueen haasteet. Kivun kokeminen aiheuttaa tyypillisesti aggressiivisuutta, hämmennystä, vastustelua, silmien räpyttelyä, kipeän paikan suojaamista tai muutoksia mielialassa sekä kasvoille syntyviä tuskaisia ilmeitä. (Semi 2015: 55–56.)

Muistityöntekijöiden vuorovaikutusosaaminen ja toimintatavat näkyvät erityisesti käyttäytymisenmuutostilanteissa. Näissä tilanteissa ihminen täytyy nähdä olentona, jolla on oma elämänhistoria ja mielekästä elämää tukeva ympäristö sekä mahdollisuus dialogiin toisten ihmisten kanssa. Käyttäytymisen muutokset saattavat olla muistikuntoutujan ainoa tapa säilyttää ympäristössään edes hieman autonomiaa. Toisaalta ne saattavat olla muistikuntoutujalle tapoja ilmaista itseään tai mielekästä tekemistä. Mikäli syitä käyttäytymisen muutoksiin ei selvitetä, voi muistikuntoutuja leimautua hankalaksi ja häneen saatetaan suhtautua toisena. (Pietilä ym. 2010: 262).

Kansainvälisten tutkimusten mukaan omaisten ja muistityöntekijöiden kokemat ja näkemät tarpeet eivät aina vastaa muistikuntoutujan todellisia tarpeita. Tällaisissa tilanteissa

syntyy ristiriitaisuuksia, jotka johtavat muistikuntoutujan käyttäytymisen muutoksiin. Kirjallisuudessa käytetään käsitettä kohtaamattomien tarpeiden käyttäytyminen. (Eloniemi-Sulkava 2016.) Muistikuntoutujan identiteetin tunnistaminen, ymmärtäminen ja arvostaminen käyttäytymisen muutosten takana on silta vastavuoroisuuteen (Semi 2015: 91).

2.5 Opinnäytetyön tuloksissa käytetyt keskeiset käsitteet

Esineellistämisellä tarkoitetaan sitä, kun muistikuntoutujaa kohdellaan, kuin hän olisi eloton, vain tehtävän työn kohde. Häntä siirretään, työnnetään tai hänelle annetaan lääkkeitä huomioimatta sitä, että hän on tunteva, elossa oleva ihminen. Estämisellä evätään muistikuntoutujan omien kykyjen käyttäminen. Holhoaminen alentaa muistikuntoutujan lapsen tasolle eikä häntä kohdata arvokkaasti aikuisena ihmisenä. Muistikuntoutujan ohittaminen tapahtuu tilanteissa, joissa hänet jätetään huomiotta tai hänen tarpeisiinsa ei vastata. Ohittamista on myös toiminnan tai keskustelun jatkaminen muistikuntoutujan läsnä ollessa, ikään kuin hän ei olisi samassa tilassa tai hänen jätetään vuorovaikutuksesta. Pilkkäämistä tapahtuu, kun muistikuntoutujaa kiusataan, tehdään pilaa tai vitsailaan hänen tavoistaan tai asioistaan. Halveksinnassa muistikuntoutujaa nimitellään, hänen kykyjään aliarvioidaan ja hänet tehdään arvottomaksi. (Topo ym. 2009: 32.)

Kun muistikuntoutujan ja muistityöntekijän välisessä vuorovaikutussuhteessa tapahtuu teko tai tekemättä jättäminen, jolloin muistikuntoutujan hyvinvointi, turvallisuus tai terveys on vaarassa, voidaan puhua kaltoinkohtelusta. Laiminlyönti on kaltoinkohtelua ja tällainen tilanne on esimerkiksi muistityöntekijän tarkoituksellinen muistikuntoutujan hoivatta jättäminen tai epäasiallinen kohtelu. Joissain tilanteissa laiminlyönti voi olla tarkoitukseton esimerkiksi muistikuntoutujan hoidon- tai hoivan epäonnistuminen saattaa johtua muistityöntekijän tiedonpuutteesta tai osaamattomuudesta. (Suvanto ry. n.d.) Realiteettiterapia mitätöi muistikuntoutujan kokemukset menneisyydestä, kuitenkin kaikilla muistikuntoutujan kokemuksilla ja eletyllä elämällä sekä muistoilla on suuri merkitys hänen kokemusmaailmassaan. Muistikuntoutujan tulee saada elää omissa muistoissaan ja kokemuksessaan, vaikka ne eivät olisi realistisia. (Suomen realiteettiterapiayhdistys ry 2018.)

3 Opinnäytetyön toteutus ja tutkimusmenetelmät

3.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite sekä tutkimuskysymykset

Opinnäytetyössä selvitämme, millaisia vuorovaikutuksen tapoja muistikodissa on. Miten ympäristö tukee muistikuntoutujan vuorovaikutusta? Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa erilaisia vuorovaikutuksen tapoja asukkaan ja työntekijän välisessä vuorovaikutuksessa muistikodissa. Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda näkyviksi vuorovaikutuksen tavat, joilla muistikuntoutuja kohdataan ja sen, kuinka ympäristö tukee vuorovaikutusta muistikodissa.

3.2 Opinnäytetyön kohderyhmä ja aineiston keruu

Tämä opinnäytetyö on laadullinen eli kvalitatiivinen. Mikäli tarkasteltavasta ilmiöstä ei ole aikaisempaa tietoa tai kyseessä on uusi ilmiö voi niitä tukia vain laadullisella menetelmällä. Kun halutaan saada syvällinen näkemys ilmiöstä, käytetään laadullisen tutkimuksen menetelmiä ja ilmiö kuvataan helposti ymmärrettäväksi. (Kananen 2010: 36–43.)

Muistikuntoutajat ovat erityisen hauraassa asemassa ja siitä syystä pohdimme tarkoin eettisiä näkökulmia ja kysymyksiä käytännön toteutusta suunniteltaessa. Eettisistä syistä vuorovaikutus tilanteiden havainnointitoteutettiin muistikodin yhteisissä tiloissa, ei asukashuoneissa. Tutkimusetiikka kiinnittää erityisesti huomiota haavoittuvassa asemassa oleviin ryhmiin. Muistikuntoutuja saattaa olla sellaisessa asemassa, ettei kykene itse allekirjoittamaan suostumusta osallistumisestaan opinnäytetyöhön. Tällaisessa tilanteessa hänen laillinen edustajansa allekirjoittaa henkilön puolesta suostumuskäytöksen. Muistikuntoutujilla tulee olla oikeus osallistua opinnäytetyöhön ja näin tuoda esiin muistikuntoutujien ääntä yhteiskunnassa. (Vilkka 2006: 63–64; Kuula 2011: 147.)

Valitsimme tutkimusmenetelmäksi havainnoinnin eli observoinnin. Vilkan (2006) mukaan havainnointi on perusmetodi ja sitä käytetään aineiston keräämiseen opinnäytetyössä. Havainnoinnin avulla voimme tarkkailla ilmiöitä ja tuottaa tietoa halutuista asioista. Havainnointi on sopiva menetelmä vuorovaikutustilanteiden kartoittamiseen. (Vilkka 2006: 37–38.) Havainnot tehdään aina tutkimuskohteen luonnollisessa ympäristössä, eikä niitä irroteta kontekstista. Havainnointi on hyvä menetelmä, kun halutaan saada tietoa yksittäisen ihmisen toiminnasta ja hänen vuorovaikutuksestaan toiseen ihmiseen. (Vilkka 2006: 14, 38.) Havainnointien avulla saadaan tietoa, kuinka ihmiset todella toimivat, kun

taas haastattelut kertovat meille mitä ihmiset ajattelevat ja uskovat (Hirsjärvi – Remes – Sajavaara 1996: 207).

Saatuamme tutkimusluvan aloimme järjestää informaatiotilaisuuksia työntekijöille sekä asukkaille ja omaisille. Yhteyshenkilöimme kutsui omaiset informaatiotilaisuuteen lähettäen heille laatimamme tiedotteen tulevasta opinnäytetyöstä. Tilaisuuksissa esittelimme itsemme, opinnäytetyön, havainnointimenetelmän ja kuinka havainnot tallennetaan sekä hävitetään. Kerroimme osallistujien oikeuksista ja, että he ovat mukana anonyymisti. Kerroimme myös, että opinnäytetyömme aihe on noussut työnantajan toiveesta ja työnantajalla on mahdollisuus hyödyntää opinnäytetyön tuloksia haluamallaan tavalla. Tilaisuuksissa jaettiin suostumuskavakkeet. Osallistujilla oli mahdollisuus esittää kysymyksiä tilaisuudessa ja jätimme heille yhteystiedot mahdollisia myöhempiä kysymyksiä varten. Kuulan (2011) mukaan hyvään informointiin kuuluu, että osallistujille annetaan yhteystiedot, keneen voi ottaa yhteyttä lisätietojen saamiseksi. Informaatiotilaisuudessa kerrotaan, minkälaista uutta tietoa opinnäytetyöllä tavoitellaan ja kuinka tuloksia mahdollisesti voidaan hyödyntää. Opinnäytetyön pääaiheet on hyvä kertoa, jotta osallistujat saavat riittävästi tietoa päätöksensä tueksi osallistumisestaan opinnäytetyöhön, varsinkin jos kyseessä on arkaluontoinen aihe. Osallistumispäätökseen saattaa vaikuttaa, mitä konkreettisesti tutkitaan ja mitä se edellyttää osallistujalta. Käytettävistä tallennusmenetelmistä tulee myös kertoa sekä mahdollinen arvio kuinka paljon osallistuminen vie aikaa. (Kuula 2011: 104–106.)

Toiveistamme huolimatta asukkaat eivät osallistuneet informaatiotilaisuuteen. Kaikki havainnointiin osallistuvat, niin asukkaat kuin työntekijätkin, antoivat suostumuksensa havainnointiin. Tavoitteemme oli, että havainnointitilanteet olisivat mahdollisimman luontevia. Kuulan (2011) mukaan osallistujalla tulee olla aidosti mahdollisuus myös kieltäytyä opinnäytetyöhön osallistumisesta. Tutkittavien riittävä informointi kuuluu osaltaan hyvään tieteelliseen käytäntöön. (Kuula 2011: 61–62, 87.)

Havainnointimenetelmää käytettäessä havainnot pyritään tallentamaan mahdollisimman tarkasti. Tätä varten on kehitetty apukeinoja esimerkiksi tsekkauslistoja, joissa voi olla lueteltuna erilaisia toimintoja. Havainnoitsija merkitsee listaan asiat, jotka esiintyvät tilanteissa. (Hirsjärvi – Remes – Sajavaara 1996: 201–211.) Valmistauduimme aineiston keruuseen luomalla apukaavakkeen (Liite 6), joka toimisi tekemiemme havaintojen muistilistana. Apukaavakkeeseen keräsimme teorioista erilaisia tapoja olla vuorovaikutuk-

sessä. Kaavake oli mukana ensimmäisellä havainnointikerralla, mutta se osoittautui tarpeettomaksi ja sitä oli vaikea käyttää. Apukaavakkeen lista erilaisista vuorovaikutuksen tavoista osoittautui haasteelliseksi lukea samanaikaisen havainnoinnin lisäksi. Päätimme, että kirjaamme havainnot suoraan lehtiöihin mahdollisimman tarkasti ja seikka-peräisesti kaikista ympärillä tapahtuvista asioista. Havainnointimenetelmää käytettäessä on syytä havainnoida kaikkea sitä, mikä saattaa tuoda vastauksia tutkimusongelmaan ja tutkimuskysymyksiin (Vilkkä 2006: 21).

Koska havainnoimme muistikodissa tapahtuvaa vuorovaikutusta, valitsimme havainnointitavoiksi tarkkailevan- ja vapaan havainnoinnin. Emme osallistuneet ryhmäkodin arkeen, vaan tarkkailimme toimintaa istuen muistikodin yhteisissä tiloissa. Vilkan (2006) mukaan havainnoinnin tavoitteet määrittelevät, millainen havainnointitapa valitaan. Tarkkailevassa havainnoinnissa opitaan katsomalla, eikä havainnoitsija osallistu tutkittavan kohteen toimintaan, vaan asettuu ulkopuoliseksi tarkkailijaksi suhteessa tutkittaviin. Tarkkailevassa havainnointitavassa tutkimuskohde on etukäteen sovittu. Näin voidaan tutkia esimerkiksi ihmisen käyttäytymistä. (Vilkkä 2006: 18, 43.) Vapaa havainnointi on tyypillinen laadullisessa tutkimusmenetelmässä, kun kohteena on vuorovaikutus. Vapaa havainnointi on erittäin vaativa tapa kerätä tutkimusaineistoa. Havainnointitilanteissa tietoa syntyy runsaasti ja kirjaaminen muistiin saattaa olla hankalaa. Tästä syystä tutkittavasta aiheesta tulee olla tietoa ja aiheeseen tulee syventyä. (Vilkkä 2006: 40–41.)

Havainnointimenetelmällä havainnoidaan muun muassa vuorovaikutusta, joka on verbaalista sekä ilmeitä, eleitä, erilaisia asentoja, kosketusta ja liikehdintää (Saaranen-Kauppinen – Puusniikka 2006). Havaintojen avulla tarkastelimme hoivayhteyttä ja siitä nousevia vuorovaikutuksen tapoja. Havainnoiteja tehtiin kolmen viikon aikana yhdeksän kertaa, noin kaksi tuntia kerrallaan. Aineistoa kerättiin arkisin vuorokauden aikoina. Havainnoiteja ei tehty yöaikaan. Jaksotimme havainnointiajat noin kahden tunnin mittaisiin osuuksiin, joiden jälkeen kävimme arvioivaa keskustelua muistiinpanoistamme. Jokaisen havainnointikerran jälkeen dokumentoimme tapahtumat yhteiselle alustalle. Päätimme havainnoinnit kolmen viikon jälkeen, koska tekemämme havainnot toistivat itseään.

3.3 Aineiston analyysi

Aineiston kerättyämme kävimme sen systemaattisesti läpi. Aloitimme aineistolähtöisen teemoittelun, ja aineisto jaettiin kahteen yläteemaan, toimiviin ja kehitettäviin vuorovaikutustilanteisiin. Etenimme siis yksittäisistä havainnoista aina isompiin ja yleisempiin väitteisiin. Havaintoja oli yhteensä 270 kappaletta, jotka koostuivat kaikista tilanteista, joita havaitsimme muistikodin arjessa. Näistä myönteisiä vuorovaikutustilanteita oli 140 kappaletta ja kehitettäviä vuorovaikutustilanteita 130 kappaletta. Tämän sisällöllisen jäsentämisen jälkeen edelleen yhdistelimme havaintoja ja teimme synteesiä, kokosimme yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Tuloksiin valikoitui yhteensä 2015 erilaista vuorovaikutustilannetta.

Aineistoa tiivistettiin, jäsennettiin ja koodattiin edelleen eri teemoihin ja näiden teemojen alle keräsimme aineistosta esimerkkejä. Teemoja olivat vuorovaikutus ruokailutilanteissa, erilaisia vuorovaikutustapoja, osallisuuden tukeminen arjen vuorovaikutustilanteissa ja muistiystävällinen ympäristö. Jokaisesta teemasta etsimme yhteisiä piirteitä, joiden mukaan havainnot syventyivät erilaisiksi tavoiksi olla vuorovaikutuksessa teoriaan peilaten. Vilkan (2006) mukaan tutkimuskohteet eli havainnot ryhmitellään analyysivaiheessa, jonka jälkeen ne pelkistetään, jotta aineistoa olisi helpompi hallita. Havaintojen yhdistäminen joukoiksi on analyysin seuraava vaihe. Yhdistämällä etsitään havaintojen yhteisiä piirteitä. (Vilkkä 2006: 82.)

4 Tulokset

Tulokset on kuvattu esimerkein ja alla olevissa taulukoissa olemme listanneet havainnointien tuloksia erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Taulukoissa on kuvattuna vuorovaikutustilanne sekä montako tällaista tilannetta olemme havainnoineet muistikodin arjessa kolmen viikon aikana.

4.1 Vuorovaikutuksen tapoja ruokailutilanteissa

Ruokailutilanteita havainnoidessamme kiinnitimme huomiota seuraaviin vuorovaikutuksen tapoihin. Asukkaille tarjottiin usein ruokaa tai juomaa sanomatta heille mitään tai ottamatta heihin mitään kontaktia, kuitenkin asukkaat pääsääntöisesti kiittivät saadessaan tarjottavia ruokia ja juomia. Asukkaita avustettiin tukemalla heidän itsenäistä ruokailua ja antamalla heille aikaa ruokailla. Toisinaan heitä avustettiin ruokailussa, vaikka asukas olisi kyennyt ruokailemaan itsenäisesti.

Työntekijä tukee asukasta juomaan maidon. Työntekijä asettaa lasin hänen käteensä ja antaa hänen juoda rauhallisesti itse. Tässä esimerkissä työntekijä tukee asukkaan omia kykyjä ja antaa aikaa ruokailulle.

Työntekijä tukee asukkaan ruokailua ja juttelee samalla mukavia. Työntekijä keskustelee myös toisen ruokailijan kanssa, joka ruokailee samassa pöydässä. Kollmatta asukasta kannustetaan ja ohjataan ruokailemaan. Tämä tilanne kuvaa koltoista tunnelmaa muistikodissa.

Muistikodissa alkaa ruokailu: Asukas ruokailee hitaasti, mutta itsenäisesti. Työntekijä ottaa lusikan hänen kädestään, seisoo hänen vieressään ja alkaa avustamaan häntä, sanoo: "Nyt aletaan syömään". Työntekijä ei puhu asukkaalle muuta ruokailun aikana.

Tässä on esimerkki hyvin tavallisesta tapahtumasta muistikodissa: Asukas istuu ruokapöydän äärellä. Hänelle tuodaan kuppi. Työntekijä ei puhu hänelle mitään, eikä kerro mitä kupissa on. Asukas kiittää.

Havaintojemme mukaan osa asukkaista saatettiin usein television äärelle ruokailun jälkeen, päiväkahvin jälkeen tai yhteisiin tiloihin saavuttaessa. Työntekijät eivät kiinnittäneet huomiota siihen mitä televisiosta tulee. Televisiosta saattoi tulla esimerkiksi Ostosteevee, ulkolainen rakennusohjelma tai Pikku kakkonen. Eräs asukaista istui aina sellin televisioon. Esimerkeistä näkyy työntekijöiden vuorovaikutusosaaminen.

Työntekijä istuu asukkaan vierelle ja kysyy: ”Oletko väsynyt?” ”Taidan vähän olla”, asukas toteaa. ”Ruuan jälkeen voit mennä, vaikka päivälevolle, jos haluat”, sanoo työntekijä. Työntekijä jatkaa keskustelua: ”Tänään on siskonmakkarakeittoa, on keittoruokaa”. Tässä esimerkissä asukas tulee aidosti kohdatuksi ja tässä näkyy työntekijän vuorovaikutusosaaminen.

Muistikodissa on ruokailu päättynyt ja asukkaat ovat olohuoneessa. Erään asukkaan torkkuessa television edessä työntekijä tulee hänen luokseen ja siirtää hänen pyörätuolia puhumatta hänelle mitään. Asukas pelästyy ja kysyy: ”Mihin minua nyt viedään?”, johon työntekijä ei vastaa mitään. Toinen asukas tuodaan katsomaan televisiota ja työntekijä sanoo: ”Noniin”, ja lähtee pois.

Havaintojemme mukaan työntekijät eivät kertoneet koskaan koko yhteisölle mitä tänään on ruokana. Kaksi kertaa havaitsimme saman työntekijän kertovan asukkaalle henkilökohtaisesti mitä ruokaa on tarjolla.

Taulukko 1. Ruokailutilanteet

Ruuan/juoman tuominen asukkaalle sanomatta mitään	2
Ruokailussa avustaminen	4
Omatoimisuuteen kannustaminen	2
Sanallinen ohjaaminen ruokailutilanteessa	3
Asukkaan kykyjen estäminen	2

4.2 Erilaisia vuorovaikutuksen tapoja arjen tilanteissa

Tähän on koottu havainnoistamme vuorovaikutustilanteita, joissa asukas tulee kohdatuksi tai ohitetuksi. Monet asukkaat olivat usein vailla mitään vuorovaikutusta pitkiäkin aikoja. Tavallisesti vuorovaikutustilanteet liittyivät jonkin toiminnan yhteyteen, muun muassa ruokailu- tai auttamistilanteisiin. Asukkaat saivat myönteistä palautetta sujuvasta ruokailusta sekä lääkkeiden otosta. Ilmapiiri oli pääsääntöisesti lämmin. Havaitsimme useita positiivisia tilanteita muistikodin arjessa.

Seuraavassa esimerkissä asukkaat tulevat kohdatuiksi. Työntekijä istuu asukkaan viereen nojatuolille. Toinen muistikodin asukas näyttää työntekijälle kuvia. He kolme katsovat niitä yhdessä, työntekijä kommentoi kuvaa ja kuvia esitellyt asukas naurahtaa.

Työntekijä hakee keittiöstä kahvia, hän pysähtyy asukkaan nähdessään ja kysyy: "Mitä kuuluu, onko sulla vielä kipuja?" Työntekijä koskettaa asukasta olkapäähän ja jatkaa matkaansa kansliaan. Tässä esimerkissä työntekijä pysähtyy asukkaan äärelle ja on kiinnostunut hänen asioistaan.

Ruokailutilanteessa työntekijä kaataa mehua pöydässä istuville muistikuntoutujille ja sanoo eräälle pöydässä istuvalle rouvalle: "Sinulle tulee maitoa". Tämä on tyyppillinen esimerkki, jossa asukas tulee ohitetuksi.

Asukas sanoo työntekijälle: "Oon sekaisin". Työntekijä sanoo: "Lauletaan nyt ja jutellaan myöhemmin". Asukas jatkaa ja kysyy: "Ootteko nähnyt mun vaimoa?" Työntekijöistä kukaan ei huomio kysymystä, vaikka istuvat asukkaan vieressä. Näin asukas tuli ohitetuksi omien tarpeidensa kanssa.

- Tällaisen huumoria sisältävän vuorovaikutustilanteen havaitsimme muistikodissa. Työntekijä kertoo asukkaalle: "Annan sinulle nyt aamulääkkeet". Asukas vastaa tähän kysyen: "Olenko sairas?" Molemmat nauravat yhdessä ja työntekijää kertoo, ettei asukas ole sairas.

Seuraavissa esimerkeissä muistikuntoutuja esineellistetään, hän on vain tekemisen ja toiminnan kohde.

- Seuraavassa esimerkissä työntekijä ei kohtaa asukasta elävänä ihmisolentona, vaan tekee työtä omista lähtökohdista käsin. Asukas istuu ilmeisesti huonossa asennossa pöydän äärellä. Työntekijä käy useaan otteeseen kohentamassa hänen asentoa sanomatta sanaakaan. Työntekijä asettaa ison tyynyn asukkaan selän taakse ja ottaa pehmusteen pois istuimelta ja toteaa: "Minä en pidä pehmusteista".
- Työntekijä kysyy toiselta työntekijältä: "Onko sulla tänään asukas X?" "Ei", sanoo työntekijä. Toinen työntekijä jatkaa: "Kellä se on?" ja toteaa, että asukkaan vaatteiden tulisi olla toisenlaiset.

Muistikuntoutujan oli vaikea ymmärtää, että hänelle puhuttiin, koska työntekijän suomen kielen osaamisessa oli puutteita.

Työntekijä kutsuu asukasta nimeltä, mutta ei osaa lausua asukkaan nimeä oikein, eikä asukas ymmärrä, että hänelle puhutaan.

Muistikodin arjessa havaitsimme tilanteita, joissa asukkaat jätettiin toisinaan kokonaan vaille vuorovaikutusta.

Asukas kantaa usein mukanaan taideteoksiaan sekä hänelle tärkeitä kuvia. Työntekijät eivät huomioi hänen tarvetta tulla kuulluksi ja nähdyksi vaan asukas jää usein vaille vuorovaikutusta. Asukas etsii katseellaan vuorovaikutustilanteita, joissa voisi esitellä teoksiaan toisille asukkaille ja mahdollisuuksien mukaan myös työntekijöille. "Maalaaminen on mun rauhoituskeino", toteaa asukas.

Asukas hieroo ruokapöytää käsillään ja sitten hankaa sormiaan sekä jalkapohjiin lattiaa vasten. Toinen asukas sanoo hänelle: "Ei tässä mitään oo, jos sä noita kättelet". Osoittaa pöytää jota toinen asukas on hieronut tänään useaan otteeseen pitkiä aikoja.

Arkisissa tilanteissa työntekijät pysähtyivät hetkeksi istumaan asukkaiden kanssa olohuoneessa sijaitsevalle, nojatuoleista kootulle sohvalle. Näissä tilanteissa työntekijät olivat läsnä ja tilanteissa huokui positiivisuus, kosketus ja aito läsnäolo.

Työntekijä ja asukas istuvat nojatuoleilla, katsovat toisiaan silmiin ja työntekijä siittää asukkaan kättä. Asukas hymyilee.

Työntekijä ja asukas keskustelevat istuessaan olohuoneessa. Asukas muistelee tansseja ja vaimoaan. Työntekijä kuuntelee, nyökkäilee ja osallistuu keskusteluun.

Muistikodissa ei juurikaan käytetty realiteettiterapiaa, vaan asukkaat saivat elää muistoissaan ja omaa kokemusmaailmaansa. Tässä kuitenkin yksi esimerkki, jolloin muistikuntoutuja palautettiin nykyhetkeen.

Asukas ja työntekijä istuvat sohvalla ja keskustelevat. Asukas kertoo hyväntuulisesti olleensa aiemmin tansseissa. Työntekijä naurahtaa ja sanoo: "Nyt sä kyllä skoijaat". Asukas häkeltyy.

Seuraavassa esimerkissä kuvaamme tapahtumaa, jossa työntekijän käyttäytyminen oli seksuaalissävyytteistä.

Olohuoneessa on tanssit ja asukasta haetaan tanssimaan. Yksi työntekijöistä sanoo: ”Ei se enää jaksaa”, asukas lähtee kuitenkin tanssimaan toisen työntekijän kanssa. Työntekijä ihmettelee kesken tanssin kovaan ääneen, kuinka asukkaan silmät ovat kummallisella korkeudella. Työntekijä osoittaa rintojaan ja nauraa, kuinka asukkaan silmät ovat samalla korkeudella kuin hänen rintansa. Toinen työntekijä seisoo sivummalla ja nauraa tilanteelle.

Havaitsimme muistikodissa erittäin ikävän ja vakavan tilanteen. Esimerkissä asukkaan kohtaamisessa nousevat esille estäminen, pilkkaaminen ja halveksunta. Tässä esimerkissä estetään asukkaan omien kykyjen käyttäminen sekä häntä laiminlyödään.

Asukas hermostuu, koska haluaisi päästä nousemaan pöydän ääreltä, mutta ei onnistu yrityksessään. Vastapäätä pöytää istuva työntekijä vetää pöydän kauemmas asukkaasta ja sitten työntekijäkin pöydän takaisin kiinni asukkaan vartaloon. Tämä estää asukasta nousemasta pöydän ääreltä. Asukas sanoo jotakin, johon työntekijä vastaa matkimalla asukkaan puhetta epäasialliseen äänensävyyn.

Havaintojemme pohjalta seuraavaksi esittelemme kaksi esimerkkiä, joissa asukasta kannustetaan tai käsketään.

Erään asukkaan laulaessa, työntekijä käy asukkaiden luona ja laulaa mukana. Hän kannustaa erästä asukasta osallistumaan sanoen: ”Tän sä osaat, Sininen ja valkoinen.” Työntekijä kannustaa myös muita laulamaan yhdessä.

Asukasta käsketään lukemaan lehteä. ”Lue lehteä!” Asukas työntää lehden kauemmas itsestään.

Toisinaan asukas saattoi häkeltyä työntekijän ohjauksesta. Alla olevasta esimerkistä käy ilmi, että asukas ei muista edellisen päivän tapahtumia, eikä hän kykene toimimaan ohjeiden mukaan.

Asukas esittelee taideteoksiaan. Työntekijä tulee ja keskeyttää sanoen: ”Haapas sun huoneesta kortteja, joita teit eilen opiskelijoiden kanssa”. Asukas häkeltyy: ”Mitä, en tajuu” sanoo asukas ja lähtee pois.

Muistikodissa verbaalisen vuorovaikutuksen lisäksi havaitsimme myös muita vuorovaikutuksen tapoja.

Taulukko 2. Arjen tilanteet

Huumori	1
Käskeminen	1
Kannustaminen	16
Työntekijöiden positiivinen asenne	21
Tervehtiminen	3
Esineellistäminen	17
Vuorovaikutuksetta jättäminen	4
Työntekijä kertoo asukkaalle mitä tekee	2
Ohjaaminen	4
Työntekijän puutteellinen kielitaito	1
Hymy	5
Työntekijän sopiva äänen voimakkuus	4
Kosketus	10
Katsekontakti	5
Pilkkaaminen	2
Työntekijän seksuaalissävyytteinen käyttäytyminen	2
Realiteettiterapia	1
Ohittaminen	11
Holhoaminen	1
Halveksiminen	1
Ilahduttaminen	2
Lohduttaminen	1

4.3 Osallisuuden tukeminen arjen vuorovaikutustilanteissa

Muistikodin asukas menettää kykyään aloitteellisuuteen, jolloin työntekijän tulee erityisesti tukea häntä saamaan toiminnallisia- ja osallisuuden kokemuksia. Muistikodissa arjen tilanteissa osallisuutta tuettiin muun muassa seuraavien esimerkkien tavoin.

”Tule kattamaan pöytä” huikkaa työntekijä asukkaalle. Asukas kattaa pöydän työntekijän antamien ohjeiden mukaan. Ruokailun jälkeen asukas keräsi astioita, tiskasi ja täytti tiskikoneen. Tässä esimerkissä asukas saa olla osallinen muistikodin arjessa ja hän tekee merkityksellistä työtä.

Lounaan jälkeen klo.12:30 asukas pyysi saada karaoke ohjelman soimaan. Työntekijä laittaa levyn päälle ja asukas alkaa laulamaan. Toinen asukas yhtyy lauluun. Tämä on esimerkki asukkaan toiminnallisesta kokemuksesta.

Työntekijä kysyy asukkaalta: ”Juotko maitoa vai mehua?” Tässä arjen jokapäiväisessä esimerkissä työntekijä antaa asukkaalle mahdollisuuden päättää ja tehdä valintoja asukkaan omassa arjessa.

Kun muistikodin asukas ei ole osallinen omassa elämässään tai yhteisössä jossa elää, saattaa se näyttää esimerkiksi tältä:

Työntekijä sanoo: ”Ei avata televisiota, vaan otetaan sananlaskuja”. Asukkaita pyydetään istumaan ympyrän muotoon tuoleille. Eräs asukas katselee ympärilleen ja kysyy: ”Onko tässä nyt kaikki?” Tähän asukkaan kysymykseen ei vastata. Työntekijä kutsuu aina asukasta nimeltä ja lukee sananlaskun alkua, johon asukkaan on tarkoitus muistaa, kuinka sananlasku etenee. Työntekijä kysyy sananlaskuja vuorotellen asukkailta ja kehuu heitä silloin, kun vastaa oikein. Eräs asukkaista haki aina vastatessaan katsekontaktia kysyjään. Toisilta asukkailta ei kysytty kertaakaan sananlaskua. Yksi asukas ei ilmeisesti kuullut kysymystä, eikä häneltä enää kysytty uudelleen. Kaksi asukasta ohitettiin kokonaan, eikä heiltä kysytty kysymyksiä tai muuten huomioitu mitenkään, vaikka he istuivat ympyrässä muiden kanssa. Sananlaskutuokio päättyi siihen, kun toinen työntekijä sanoi: ”En jaksakaan enää kuunnella, laitetaan musiikkia”.

Kahvihetki alkaa. Työntekijät tuovat kahvia ja pullaa kaikille asukkaille. Asukkailta ei kysytty mitä he haluavat.

Muistikodin yhteisissä tiloissa ei ollut asukkaan itsenäisen oman toiminnan mahdollistavia muistitarjoumia. Näkemyksemme mukaan muistitarjoumien puute on asukkaan lainlyöntiä. Ensimmäisessä esimerkissä asukas on löytänyt yhteisistä tiloista kosketeltavia materiaaleja. Muistitarjoumien puute näkyy kahdessa muussa esimerkissä.

Asukas istuu sohvalle ja ottaa virkatun tilkkutäkin käsiinsä. Hän rullaa tilkkutäkkiä ja koskettelee sitä. Toinen asukas on lähellä ja sanoo: "Katsotaan minkä kokoinen tuo peitto on", ja ottaa täkin tutkii sitä ja ojentaa sen takaisin toiselle asukkaalle.

Asukas on syönyt aamupalan ja herää istuvasta asennosta ruokapöydän ääreltä. Hän alkaa naputtelevaan pöytää sormillaan, hän haukottelee ja katselee pöydällä olevia lounaalle katettuja juomalaseja.

Asukas vaeltelee olohuoneessa ja tutkii lompakkoaan, katsoo rannekelloaan. Seisoo kädet puuskassa, istahtaa, nousee ja katsoo taas lompakkoonsa ja laittaa lompakon takaisin taskuunsa. Lähtee pois.

Muistikuntoutujan yksilöllinen huomiointi näkyy seuraavissa esimerkeissä.

Työntekijä föönaa asukkaan hiuksia.

Työntekijä sanoo asukkaalle: "Mites toi sun parta, tule mennään ajamaan se". Emme kuule mitä asukas vastaa, mutta työntekijä sanoo: "On sulla kone ja hyvä kone onkin". Lähtevät asukkaan kanssa asukkaan huoneeseen.

Kello 11:14 työntekijä kysyy, haluaako asukas lähteä kävelyille. Asukas lähtee, mutta pohtii, tarvitseeko takkia. Työntekijä sanoo: "Kävellään tässä sisällä". He lähtevät kävelemään yhdessä.

Havainnoissamme ei ollut kertaakaan tilannetta, jossa työntekijät olisivat kannustaneet muistikuntoutujia keskinäiseen vuorovaikutukseen tai sosiaaliseen kanssakäymiseen.

Taulukko 3. Osallisuus arjen tilanteissa

Tunteiden ja tarpeiden kuunteleminen ja tunnistaminen	2
Tunteiden ja tarpeiden tunnistamattomuus	14
Yksilöllinen huomiointi	9
Muistitarjoumat	0
Sosiaaliseen kanssakäymiseen kannustaminen	0
Yhteisyyteen kannustaminen	1
Asukkaan arvokkuuden huomiointi	4
Samalle tasolle meneminen	3
Laiminlyönti	8

4.4 Ympäristön merkitys vuorovaikutuksessa

Media oli keskeisessä roolissa muistikodin arjessa, esimerkiksi televisio oli lähes aina päällä.

Muistikodissa alkaa ruokailu ja työntekijä sanoo kaikille yhteisesti: ”Sammutetaan telkkari niin saadaan ruokarauha”. Työntekijä sulkee television.

Asukkaiden päiväkahvin jälkeen laitetaan radiosta musiikkia. Työntekijät istuvat olohuoneen nojatuoleille asukkaiden seuraksi.

Olohuoneessa televisio ja radio ovat auki. Työntekijät juttelevat ja nauravat kovaan ääneen. Muistikodissa on levottoman tuntuista, koska samanaikaisesti on paljon erilaisia ääniä samassa tilassa.

Muistikodin ilmapiiri näyttäytyi meille usein rauhallisena ja hiljaisena, välillä tuntui, kuin aika olisi pysähtynyt. Teimme havaintoja, kuinka muistikodin tunneilmasto vaikutti asukkaisiin. Toisinaan hiljaisuuden rikkoi keittiöstä kuuluvat normaalit kodin äänet, radiosta soiva musiikki tai virkistystuokio, kuten tanssit. Tuloksista havaittiin, että hiljaisuuden ja rauhallisuuden rikkoivat usein ruokailutilanteet ja näissä tilanteissa työntekijöiden luoma kiire tarttui myös asukkaisiin.

Muistikodissa alkaa ruokailu ja tunnelma on rauhallinen. Eräälle asukkaalle annetaan käsidesiä ja hän alkaa tarjoilemaan työntekijän annostelemia annoksia muille asukkaille. Työntekijä antaa asukkaalle ohjeita ja asukkaalle tulee kiire kuljettaa annokset pöytiin. Tässä esimerkissä asukas saa tehdä tärkeää ja arvokasta työtä. Ruokailutilanteiden kiire tarttui helposti asukkaaseen.

Asukkaat keskustelevalt keskenään ja toinen sanoo: ”Täältä, kun mä pois pääsen, käteni ristiin liitän. Tähän toinen asukas vastaa sanoen: ”Tänäänhän me kotitudumme.” Näkemyksemme mukaan tässä tilanteessa asukkaille ei ollut saatavilla muistitarjoumia, eikä työntekijöitä tukemaan vuorovaikutustilannetta. Tässä tilanteessa näkyy, ettei asukkailla ollut turvallinen olo eivätkä he tunteneet muistikotia omaksi kodikseen.

Muistikodin ympäristö sisälsi hyvin vähän värejä, maalauksia, taideteoksia tai maisemia ulos. Havainnoistamme käy ilmi, että asukkaat viettivät keskenään paljon aikaa olohuoneessa vailla kontakteja työntekijöihin.

Asukas saapuu olohuoneeseen ja katselee ympärilleen. Hetken kuluttua hän lähtee pois. Pian hän tulee takaisin olohuoneeseen ja katselee jälleen ympärilleen sekä toisia asukkaita, jotka istuvat nojatuoleilla. Hän vaeltelee muistikodissa edestakaisin, tutkii lompakkoaan ja katsoo rannekelloaan. Työntekijöitä ei näy missään.

Muistikodin ympäristöön oli kiinnitetty huomiota ja olohuoneen nojatuoleista oli koottu sohva, joka mahdollisti asukkaiden keskinäisen kohtaamisen. Olohuoneessa sekä keittiössä oli tilaa liikkua ja tila oli esteetön.

Asukas istuu toisen asukkaan viereen sohvalle ja koskettaa häntä hellästi käsivarteen. Asukkaat juttelevat keskenään ja istuvat nojatuoleissa vierekkäin.

Teimme havaintoja, jolloin työntekijät istuivat yksin kammarissa tai keittiössä työvuoron aikana.

Taulukko 4. Ympäristö

Muistikodin ilmapiiri ja tunnelma	12
Vaeltelu	9
Kodikkuus muistikodissa	2
Media	23

5 Johtopäätökset

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa erilaisia vuorovaikutustapoja asukkaan ja työntekijän välisessä vuorovaikutuksessa muistikodissa. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda näkyviksi vuorovaikutuksen tavat, joilla muistikuntoutuja kohdataan. Opinnäytetyön teoreettisia näkökulmia olivat vuorovaikutusosaaminen muistityössä, osallisuuden merkitys muistikuntoutujan arjessa sekä muistiystävällinen ympäristö vuorovaikutuksen tukijana. Opinnäytetyössä pohdittiin myös toiseuden teoriaa muistityön näkökulmasta. Valitsimme tutkimusmenetelmäksi havainnoinnin, sillä sen keinoin pystytiin tuomaan näkyviksi muistikuntoutujien ja työntekijöiden väliset vuorovaikutustilanteet.

Teoriatieto ja opinnäytetyön aineisto osoittivat, että muistikuntoutuja tulisi kohdata ainutlaatuisena, oman elämänsä muovaamana arvokkaana henkilönä, riippumatta hänen sairaudestaan. Vuorovaikutusosaaminen on ensisijainen hoitomuoto esimerkiksi muistikuntoutujan käyttäytymisen muutoksia hoidettaessa. Usein syyt käyttäytymisen muutosten taustalla ovat yksinkertaisia, ihmisen perustarpeisiin ja hyvinvointiin liittyviä. Ihminen tarvitsee turvallisuuden tunteita, ympärille ihmisiä, jotka välittävät ja rakastavat, kokemuksia omasta arvokkuudestaan sekä itselleen harmonisen ja esteettisesti kauniin ympäristön, jossa elää, asua ja olla.

Aineiston perusteella olemme tulleet siihen johtopäätökseen, että asukkaan elämänkulun tunteminen on merkityksellistä ja erittäin tärkeää, jotta muistityöntekijä voi parhaalla mahdollisella tavalla tukea muistikuntoutujan arvokasta, täysipainoista- ja omannäköistä elämää muistikodissa. Nostamme tuloksista esiin näkökulman, jossa asukkaat, joiden kyky tuottaa puhetta oli säilynyt pidempään, pääsivät vuorovaikutukseen työntekijöiden kanssa useasti ja helposti. Toiset asukkaat saattoivat olla pitkäänkin vaille kontaktia työntekijöihin. Teimme usein havaintoja, joissa asukkaalle annettiin nukke syliin ja asukas jäi silittämään nukan hiuksia. Pohdimme, korvasiko nukke tarpeen ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Näkemyksemme mukaan onnistunut vuorovaikutus vaatii yöntekijältä laaja-alaista osaamista, jotta asukas tulee kuulluksi, nähdyksi ja kohdatuksi kokonaisvaltaisesti. Työntekijän tulee pysähtyä ja olla läsnä hetkessä, jotta kohtaaminen olisi aitoa ja arvostavaa. Työntekijän arvostus asukasta ja hänen läheisiään kohtaan näkyy työntekijän tavassa toimia ja työskennellä. Arvokkaasta kohtaamisesta työntekijä ammentaa itselleen voimavaroja ja saa onnistumisen kokemuksia työssään. Kun asukas nähdään sairauden takaa ja ollaan kiinnostuneita hänen elämästään, tulee hän kohdatuksi omana itsenään.

On tärkeää, että ihminen voi elää omaa elämäntapaansa ja arkeaan totuttuun tapaan vielä muistikodissakin. Työntekijän tulee tiedostaa, että vuorovaikutuksessa oleminen on paljon muutakin, kuin sanallinen viestintä. Eleillä, ilmeillä, läsnäololla ja kosketuksella voi olla suurempi merkitys dialogissa asukkaan kanssa, kuin sanotuilla sanoilla. Työskennellessä muistikodissa vallitsevalla ilmapiirillä on merkitystä vuorovaikutuksen ja arjen tukemisessa. Liiallinen mediatulva ja aktivointi aiheuttavat asukkaalle stressiä, joten levolle ja rauhoittumiselle on varattava aikaa.

Havaintojen pohjalta nousi esiin yhteisöllisyyden merkityksellisyys. Asukkaat elävät muistikodissa yhteistä arkea toisten kanssa. Tällaisessa yhteisössä työntekijöiden rooli korostuu ja heidän tulisi kannustaa asukkaita sosiaaliseen kanssakäymiseen ja näin tukea heidän yhteenkuuluvuuden tunteita. Työntekijät voivat omalla toiminnallaan tukea yhteisön jäseniä ottamalla heitä mukaan arjen toimintoihin. Hyvinvoiva ihminen haluaa kokea olevansa hyödyllinen ja tehdä asioita yhteisön hyväksi. Yhteisö muodostuu tunteesta kuulua johonkin, ei riitä, että ihmiset vain ovat samassa tilassa. Yhteisön hyvinvoinnin näkökulmasta on tärkeää, että yhteisöllä on yhteisesti sovitut pelisäännöt. Onnellisuus koostuu pienistä ilonhetkistä arjen keskellä.

Mitä ympäristö pitää sisällään? Ympäristö on ilmapiiriä, tunnelmaa, kauniita esineitä ja värimaailmaa. Ympäristön voi kokea ja sitä voi koskettaa. Ympäristö voi toimia vuorovaikutuksen mahdollistajana ja se voi tarjota aiheita keskusteluun. Muistikodissa ympäristö ja sen vaaliminen ovat yhtä tärkeitä, kuin fyysinen perushoito. On tullut aika nähdä muistikuntoutujan kokonaisvaltainen terveys ja hyvinvointi, joka sisältää niin fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen kuin henkisen hyvinvoinnin. Laadultaan hyvää hoivaa antavassa ja kodikkaassa muistikodissa on mahdollisuus toteuttaa itseään ja tehdä itselleen mielekkäitä asioita. Mikäli muistikodissa ei ole tarjolla mitään tekemistä, muistitarjoumia ja pöydät ovat tyhjillään, on muistikuntoutujan mahdotonta toteuttaa itseään. Havainnoidesamme muistikodissa aloimme pohtia, millaisessa muistikodissa haluaisimme läheisemme asuvan tai itse asua.

Saamiemme tulosten mukaan hyviä käytänteitä muistikodissa olivat muun muassa asukkaiden ja työntekijöiden väliset aidot kohtaamiset, joissa asukas tuli kuulluksi ja nähdyksi omien tarpeidensa kanssa. Asukkaan yksilöllinen huomioiminen ja kosketus olivat merkittäviä toimintatapoja. Myös asukkaan arvokkuus näkyi näissä tilanteissa. Kodin yhteiset tilat olivat lähellä toisiaan, joka mahdollisti yhdessäolon ja koimme sen tuovan turvallisuuden tunnetta ja lisäävän kodikkuutta. Kodin tuntua toivat myös keittiöstä kantautuvat

äänet, esimerkiksi tiskaaminen, astianpesukoneen täyttäminen ja tyhjentäminen sekä työntekijöiden puhe. Työntekijät viestittivät olemuksellaan tuttavallisuutta ja läsnäoloaan toimiessaan asukkaiden kanssa. Asukkaat olivat pääsääntöisesti rauhallisia ja tyytyväisen oloisia.

Aikaisemmat tutkimukset sekä tämän opinnäytetyön tulokset osoittavat, että muistityötä tulee edelleen kehittää ihmislähtöisempään suuntaan, jossa muistikuntoutuja on kumppanina kehittämässä muistityötä. Tulevaisuudessa myös omaiset ja läheiset tulee ottaa mukaan kehittämään muistityötä ja muistikoteja. Perheillä on paljon kokemusta ja hiltai- jaista tietoa, jota tulee hyödyntää kehittämistyössä muistikuntoutujien hyväksi. Opinnäytetyön myötä jäimme pohtimaan, kuinka perheet voisivat viettää yhteistä aikaa ja jatkaa totuttua elämäntyyliään, vaikka perheenjäsen asuukin muistikodissa.

Tuloksissa esiintyvät laiminlyönnit näkyivät muistikodissa muun muassa asukkaiden jäädessä vaille vuorovaikutusta, heidän tarpeisiinsa ei vastattu ja he istuivat pitkiäkin aikoja tekemättä mitään tyhjen pöytien äärellä. Työntekijä on vastuussa asukkaan aloitteellisuuden tukemisesta. Aloitekyvyttömyys ei tarkoita, etteikö osaisi, haluaisi tai kykenisi toimimaan. Topo ym. (2009) mukaan muistikuntoutujat tulevat ajan myötä täysin riippuvaisiksi muiden ihmisten tuesta ja avusta. Tämä lisää muistikuntoutujan riskiä joutua kaltoinkohdelluksi. Vaikka muistikuntoutujan kognitiiviset taidot heikkenevät ja hänen käyttäytymisensä ja persoonansa saattavat muuttua, ei sen tule vaikuttaa hänen ihmisarvoonsa. (Topo ym. 2009: 102.)

Martela (2012) esittää, että vuorovaikutusosaamista tulee kehittää ja syventää. Perinteisessä hoiva- ja hoitotyössä tulee enemmän arvostaa vuorovaikutussuhteita. Martela näkee edelleen auttamistilanteilla ja fyysisen hoidon antamisella olevan suurempi merkitys, kuin onnistuneella ja luottamuksellisella hoivayhteydellä. (Martela 2012: 275.) Tämän opinnäytetyön tuloksista nousi vahvasti muistikuntoutujien pitkät odotusajat ruokailujen välillä. Muistikodissa televisio näytteli suurta roolia, huolimatta siitä millaisia ohjelmia televisiosta tuli. Näkemyksemme mukaan televisiosta oli tullut osa työkalu- ja kulttuuria. Televisio oli aina päällä ja sen ääreen tuotiin aina samat asukkaat. Emme kuulleet, että asukkailta olisi kysytty haluavatko he siirtyä television ääreen.

6 Pohdinta

Opinnäytetyö on tehty tutkimusetiikkaa ja hyviä tieteellisiä käytäntöjä noudattaen. Havainnointi aineisto on säilytetty ja hävitetty asianmukaisesti eikä sitä ole luovutettu ulkopuolisille. Meitä opiskelijoita sitoo salassapitovelvollisuus. Havainnointiin osallistuvat ihmiset tai heidän omaisensa olivat tietoisia siitä, että havainnointiin osallistumisen voi aina halutessaan keskeyttää. Havainnointien aikana yksi osallistuja halusi keskeyttää osallistumisensa. Henkilön keskeyttäessä pystyimme poistamaan häneen liittyvät kirjaukset aineistosta tarkan kirjaamistyylin perusteella. Vuorovaikutustilanteita oli helppo havainnoida ja kirjata, sillä arki muistikodissa oli pääsääntöisesti rauhallista ja vuorovaikutustilanteet syntyivät usein ruokailutilanteissa.

Aineistosta nousi neljä teemaa, joita arvioimme teoriaan peilaten. Näitä olivat: vuorovaikutus ruokailutilanteissa, erilaisia vuorovaikutustapoja, osallisuuden tukeminen arjen vuorovaikutustilanteissa ja muistiystävällinen ympäristö. Vuorovaikutustilanteet muistikodissa liittyivät useimmiten asukkaan fyysisen tarpeen tyydyttämiseen. Näytti siltä, kuin ruokailuhetket olisivat olleet ainoastaan ravitsemukseen liittyviä tapahtumia. Ruokailuihin kului aikaa noin puoli tuntia ja näissä tilanteissa kiire oli läsnä. Martelan (2012) havainnoidessa hoivakodissa hän teki vastaavia huomioita kiireen tunnusta. Työntekijät eivät olleet asukkaiden saatavilla näissä tilanteissa, eivätkä tällöin luoneet asukkaisiin katsekontaktia eivätkä olleet vuorovaikutuksessa asukkaiden kanssa. (Martela 2012: 149.)

Martelan (2012) mukaan on tärkeää, että työntekijä ymmärtää asukkaan tarpeet ja vastaa niihin. Työntekijän tulee antaa asukkaalle riittävästi aikaa selviytyä tehtävästä itsenäisesti. (Martela 2012: 60.) Muistiliiton mukaan muistikuntoutujan itsenäistä ruokailua tulee tukea mahdollisimman pitkään (Muistiliitto 2016: 31). Kesken ruokailun muistikodissa keräiltiin pöydiltä astioita suoraan astianpesukoneeseen. Työntekijät eivät ruokailleet yhdessä asukkaiden kanssa, vaan lähinnä seisoivat keittiössä ja odottivat ruokailun päättymistä. Asukkaat ruokailivat erillisissä pöydissä, osa keittiössä ja osa olohuoneen puolella. Yksi asukas ruokaili aina yksin omassa nurkassaan. Keittiössä oli yksi pöytä, jonka äärellä ruokailevat asukkaat saivat ottaa itse ruokaa lautasilleen. Ruoka oli katettu heille valmiiksi pöytään. Ruokailutilanteet eivät tukeneet yhteisöllisyyttä kaikkien asukkaiden osalta. Näkemyksemme mukaan asukkaiden tulee saada itse ottaa ja annostella ruokaa lautaselle. Näin tuetaan asukkaiden osallisuutta heidän omassa arjessa. Ruokien pöytiin kattaminen lisää kodikkuuden tuntua ja ruokahalua. Jäimme pohtimaan miksi kaikkien asukkaiden kanssa ei toimittu samoin?

Kahvihetkillä asukkailla oli posliinikupit ja lautaset, joista he nauttivat päiväkahvinsa. Näkemyksemme mukaan tämä yksityiskohta tukee asukkaiden arvokkuuden tuntua ja viestittää kotoisuutta. Asukkaat istuivat aina samalla paikalla ruokaillessaan, se tuntui meistä tutulta ja turvalliselta. Muistiliiton hyvän hoidon kriteeristön mukaan ruokailutilanteet tulisi luoda mahdollisimman kiireettömiksi. Ruokailutilanteet ovat yhteisöllisyyttä tukevia hetkiä, joilla voidaan tukea muistikuntoutujan jäljellä olevaa toimintakykyä. Muistiliiton mukaan tilan viihtyvyydellä on merkitystä, kuten istumajärjestyksellä, jotta muistikuntoutujien omatoimisuutta pystytään tukemaan mahdollisimman paljon. (Muistiliitto 2016: 31.)

Osallisuuden vahvistaminen ja osallisena oleminen ovat tärkeitä asioita muistikuntoutujan elämässä. Osallisuuden kokemukset ovat osa ihmisen normaalia elämää. Ihminen on jatkuvasti osallinen omassa arjessaan tehden valintoja ja ratkaisuja elämässä. Ihminen haluaa kuulua yhteen toisten ihmisten kanssa. Näitä yhteisöjä ovat esimerkiksi perhe, ystävät, työyhteisö sekä harrastus- tai yhdistystoiminnassa mukana oleminen. Muistikotiin muuttaminen saattaa rajoittaa osallisuuden kokemuksia. Muistikuntoutujalla on oikeus olla osallinen ja olla osa yhteisöä muistikodissa asuessaan. Työntekijöillä on merkittävä rooli ja vastuu osallisuuden kokemusten tukemisessa ja toteutumisessa muistikodin arjessa. Osallisuuden kokemukset syntyvät pienistä arkisista asioista, kuten mitä haluan ruokajuomaksi, minkä värisen paidan haluan päälleni tänään laittaa tai voinko nukkua, jos minua väsyttää. Havainnointien aikana pohdimme, onko asukkaalla mahdollisuus olla mukana toteuttamassa muistikodin arkea, vai onko hän osa järjestelmää.

Osallisuuden näkökulmasta asukkaan tarpeisiin voidaan vastata tukemalla hänen tavallista arkea. Toisille tämä tarve voi olla kortin kirjoittaminen, televisio-ohjelman valitseminen, tiskaaminen, lehden lukeminen tai nikkarointi. Kun ihminen saa tehdä ja toteuttaa itselle merkityksellisiä asioita, hän kokee olevansa arvokas, tärkeä ja itsenäinen. Martela (2012) kuvaa väitöskirjassaan ihmislähtöistä hoivaa. Hänen mukaansa asukas sekä hänen arvomaailmansa ovat aina keskiössä. Työntekijä antaa läsnäolonsa sekä sen avun, jota asukas tarvitsee. Parhaimmillaan ihmislähtöinen hoiva on voimaannuttavaa, ja asukkaalle syntyy tunne, että hän on arvokas ja arvostettu. (Martela 2012: 52.)

Muistikodissa viettämämme aika, joka ei liittynyt mihinkään ruokailutilanteeseen näyttäytyi meille hiljaisena, usein tuntui kuin aika olisi pysähtynyt. Asukkaat istuivat olohuoneessa odottaen seuraavaa ruokailua. Toisinaan istuimme olohuoneessa parikin tuntia yhdessä asukkaiden kanssa, eikä työntekijöitä näkynyt missään. Pohdimme miltä mahtaa tuntua istua pyörätuolissa paikallaan tuo aika. Topo ym. (2009) mukaan järjestetyt toimintatuokiot kokonaisuutena tukevat kaikissa muistisairauden vaiheessa olevien asukkaiden hyvinvointia (Topo ym. 2009: 80, 81). Kolmen viikon aikana havaitsimme kaksi erillistä kertaa, jolloin työntekijät ohjasivat ryhmätoimintaa. Laadultaan hyvä vuorovaikutus on tärkeää, kuin aktiviteettien määrä. Hyvässä vuorovaikutuksessa muistityöntekijä luo yhteyden muistikuntoutujaan ja vahvistaa hänen toimijuuttaan, yksilöllisyytään sekä elämistä muistikodin yhteisön jäsenenä. (Pohjavirta 2012: 18–19.)

Topo ym. (2009) osoittivat, että muistikodissa asukkaiden toiminnalliset kokemukset koostuivat lehden mekaanisesta selailusta ja pitkäkestoisesta television luona istumisesta. Heidän mukaansa muistikodin asukkaiden arkipäivä koostui fyysisestä perushoidosta ja hoitotilanteiden välissä odottamisesta sekä oleilusta ilman mitään toimintaa. Suuri osa muistikuntoutujien päivästä kului ruokailuun ja ympäristön sekä television seurailuun. (Topo ym. 2009: 55, 64.)

Asukkaiden arki muistikodissa koostui ruokailuista ja odottamisesta tyhjien pöytien äärellä. Muutaman kerran havaitsimme, että työntekijät istahtivat olohuoneen nojatuoleille ja keskustelivat asukkaiden kanssa. Teimme myös havaintoja, jolloin työntekijät saattoivat istua nojatuoleilla seuraten asukkaita. Tämän toiminnan tarkoitus ei avautunut meille kolmen viikon aikana. Jäimme kuitenkin pohtimaan, seurasivatko työntekijät asukkaiden hyvinvointia, sillä muistikuntoutujien vointi ja mieli voivat vaihdella eri päivinä. Näkemyksemme mukaan ihmeellisiä olivat tilanteet, jolloin työntekijät istuivat yksin lukemassa lehteä keittiössä. Lehteä voisi lukea yhdessä asukkaiden kanssa. Harvinaisia olivat hetket, jolloin olohuoneen televisio ei ollut päällä.

Yksi tähtihetkistä oli asukkaan ja työntekijän välinen yhteinen nauru, jaettu ilo. Ihmisen elämään kuuluu hankaliakin tilanteita, tunteita ja oloja, joita ei aina pysty tunnistamaan eikä sanoittamaan. Näissä tilanteissa huumori auttaa. Muistikuntoutujan eletyn elämän tunteminen ja luottamuksellinen hoivayhteys auttavat työntekijää löytämään jaetun ilon kokemuksia yhdessä asukkaan kanssa. Teimme usein havaintoja kannustavasta ja positiivisesta tunneilmastosta muistikodissa. Asukkaita kannustettiin käyttämään omia ky-

kyjä ja työntekijät olivat iloisia ja hymyilivät. Asukkaita puhuteltiin etunimillä ja usein keskustelun lomassa työntekijät koskettivat asukkaita olkapäästä tai pitivät kädestä. Näissä hetkissä koimme työntekijän olevan läsnä, vain asukasta varten.

Tilanteita, joissa havaitsimme asukkaan tulevan ohitetuksi, oli yllättävän paljon. Pohdimme, että muistikodin työkuultuuri on saattanut muotoutua sellaiseksi, että näitä tilanteita on työntekijän vaikea tunnistaa. Työntekijät saattoivat kulkea asukkaiden ohi useita kertoja huomiomatta heitä mitenkään. Joskus asukas ohitettiin tekemällä päätös hänen puolestaan, vaikka asukas oli läsnä tilanteessa. Pohjavirta (2012) esittää, että muistikuntoutuja tarvitsee tulla nähdyksi sekä kuuntelijan, joka kuulee hänen tarinansa. Hän sivuuttaa ne henkilöt, jotka eivät kuuntele tai väittelevät hänen kanssaan. Jos kukaan ei kuuntele, muistikuntoutuja vetäytyy. (Pohjavirta 2012: 29.)

Muistikuntoutujaa ei kannata väkisin palauttaa nykyhetkeen, sillä hänellä ei ole siihen enää tarvetta (Pohjavirta 2012: 29). Havaitsessamme erään realiteettiterapiaan perustuvan tilanteen, jäimme pohtimaan, käytetäänkö työyhteisössä yleisesti realiteettiterapiaa vai saako muistikuntoutuja elää muistoissaan.

Muistikodissa toimiva työyhteisö oli monikulttuurinen ja pohdimme, johtuiko osa hiljaisista ajoista siitä, että työntekijä ei puhunut sujuvaa suomen kieltä. Havaitsimme joitakin tilanteita, joissa työntekijän äänensävy oli käskevä vaikka hänen tarkoituksensa ei todennäköisesti ollut sellainen. Monikulttuurisuus näyttäytyi meille ainoastaan kielellisinä haasteina vuorovaikutustilanteissa.

Asukkaan tunteita ja tarpeita saattaa olla toisinaan vaikea tunnistaa. Työntekijää näissä tilanteissa auttavat asukkaan eletyn elämän tunteminen, taito kohdata aidosti asukas sekä teoriatiedon hyödyntäminen muistityössä. On tärkeää luoda aito hoivayhteys asukkaan ja työntekijän välille. Työntekijän tulee pysähtyä asukkaan äärelle antaen hänelle aikaa ja tilaa tulla kuulluksi. Rauhallisella, ymmärtävällä ja aidolla kiinnostuksella asukasta kohtaan, mahdolliset asukkaan haastavatkin mietteet voidaan suunnata kohti positiivisia tunteita ja mielenrauhaa.

Näkemyksemme mukaan ympäristöllä on suuri merkitys ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta ja se korostuu muistikodissa. Ympäristön viihtyvyys, värimaailma ja tunnelma lisäävät asukkaan kykyä liittyä ympäristöön. Aistimaailmaa kannattaa hyödyntää kodikkuuden tunteen luomisessa, esimerkiksi tuoksut, äänet, materiaalit ja näkymät.

Tuoksuilla voidaan herättää muistoja lapsuudesta ja kodista. Seinillä olevat maalaukset ja uunista leijaileva pipareiden tuoksu toimivat vuorovaikutuksen tukena ja antavat aiheita muisteluun. Muistikodissa tulee olla asukkaille levähdys- ja mielipaikkoja.

Teimme havaintoja muutaman asukkaan vaeltelusta muistikodissa. Vaeltelu näyttäytyi meille asukkaan jatkuvana kulkemisena olohuoneen ja muiden tilojen välillä. Toisinaan asukas saattoi istahtaa nojatuolille, mutta jo hetken kuluttua hän jatkoi taas matkaa. Asukas saattoi vilkuilla kelloa, etsiä katsekontaktia tai olla hätääntyneen oloinen. Emme tehneet havaintoja, joissa työntekijät olisivat tukeneet asukkaita näissä tilanteissa. Näkemyksemme mukaan jatkuvan vaeltelun syy tulisi selvittää, sillä kaikki asukkaat eivät toimi näin tarkoituksella. Joillekin vaeltelu saattaa olla mielekästä tekemistä, toisille se voi olla ahdistavaa. Asukas voi vaeltelemalla myös toteuttaa elämänhistoriaansa.

Topo ym. (2009) esittävät, että muistikuntoutujien arvokkuuden tunteita ja identiteettiä tukee tasavertainen suhtautuminen. Muistikuntoutujat saivat tehdä päätöksiä ja valintoja omassa elämässään. Muistikuntoutujia huomioitiin ystävällisellä tervehtimisellä ja huomionosoituksilla. Ruokailutilanteissa muistikuntoutujien mielipiteitä kysyttiin, esimerkiksi juomien valinnassa ja mikäli heitä avustettiin ruokailussa, heille kerrottiin mitä tapahtuu ja mitä herkkua oli tarjolla sekä tiedusteltiin, maistuiko ruoka. Auttamistilanteissa muistikuntoutujille kerrottiin mitä on tapahtumassa. Tasavertainen suhtautuminen muistikuntoutujiin näyttäytyi myös, kun heidän kanssa tehtiin tavallisia arjen asioita. Muistikuntoutujat saivat positiivista palautetta työntekijöiltä koruista, olemuksesta tai jostakin heidän toiminnastaan. (Topo ym. 2009: 90–93.) Havainnoistamme asukkaiden päätösten ja valintojen osalta käy ilmi, että he saivat harvoin päättää itseään koskevista asioista. Työntekijät totuttuun tapaansa tarjoilivat ruokajuomia kysymättä mitä kukakin juurin tarjolla olevan ruuan kanssa haluaisi juoda. Päiväkahvilla sama toistui, asukkailta ei kysytty haluavatko he kahvileipää, vaan se tarjoiltiin heille automaattisesti.

Topo ym. (2009) mukaan muistikodissa aistien stimulointiin kiinnitettiin kovin vähän huomiota, vaikka tutkimukset osoittavat sen lisäävän muistikuntoutujien hyvinvointia. Tutkijat tekivät myös havaintoja toiminnoista, joissa mukana oli musiikki. Muistikuntoutujat olivat osallistuneet toimintaan, jotka sisälsivät laulamista tai eläytymistä musiikkiin. Näissä musiikkituokioissa havaittiin muistikuntoutujien hyvinvoinnin olevan korkeimmillaan. Tutkijat esittivät myös, että tällainen hetki voi olla muistikuntoutujalle erittäin mieluinen, mutta vaatii työntekijöiltä paneutumista ja aikaa järjestää toimintaa. He havaitsivat myös muis-

tikuntoutujien hyvinvoinnin selvästi kohonneena tilanteissa, joissa asukkaat saivat käyttää älyä. Esimerkiksi erilaisiin sanatehtäviin liittyvät toiminnot voivat olla tällaisia. Muistikuntoutajat kokivat erilaisiin peleihin liittyvän yhteenkuuluvuutta, yhdessä olemista ja tekemistä ja myös pelaaminen näkyi lähes aina kohonneena hyvinvointina muistikuntoutujan elämässä. (Topo ym. 2009: 73–75).

Martelan (2012) mukaan kaikilla ihmisillä ei ole halua emotionaaliseen vuorovaikutukseen toisten ihmisten kanssa. Hän havaitsi tutkimuksessaan, että osalle asukkaista riitti vähäisemmätkin ihmissuhteet ja se, että he saivat apua niissä asioissa ja toiminnoissa, joista eivät enää itse selvinneet. (Martela 2012: 281.)

Käytimme havainnointia tutkimusmenetelmänä opinnäytetyössä, sillä sen keinoin pystyttiin tuomaan näkyviksi muistikuntoutujien ja muistityöntekijöiden väliset vuorovaikutustilanteet. Husso (2017) osoittaa havainnointimenetelmän merkityksen hyvänä tietolähteenä erityisesti muistikuntoutujien hoivatyön kehittämisessä. Hän toteaa, että muistityöntekijät eivät välttämättä itse tunnista niitä toimintamalleja, joilla tietämättään estävät muistikuntoutujan autonomian. Kaltoinkohtelun tilanteet saattavat jäädä tunnistamatta, mikäli ne ovat päässeet muotoutumaan toimintakulttuuriksi työyhteisössä. Havainnointimenetelmän avulla tuodaan näkyviksi ne toimintaperiaatteet, jotka tarvitsevat kehittämistä muistikuntoutujien hoivassa ja huolenpidossa sekä näyttää ne hyvät käytänteet, jotka ovat vaalimisen arvoisia. Havainnointimenetelmän avulla voidaan parantaa muistikodin hoivan laatua ja ihmislähtöisyyttä. (Husso 2017.)

Analyysin luotettavuutta tukee havaintojen virhelähteiden tiedostaminen ja niiden vaikutusten arvioiminen tuloksissa. Havainnot suhteutetaan teoriaan. Tuloksiin ja johtopäätöksiin ei päästä vain yhden havainnon ansiosta, vaan tulkinta tehdään useiden havaintojen pohjalta. (Vilkkä 2006: 14–15.) Havaintojen luotettavuutta tukee meidän kahden havainnoitsijan täysin samat havainnot kaikkina havainnointi kertoina, kaikissa tilanteissa, joita olemme havainnoineet. Hirsjärvi ym. (1996) esittävät, että laadullisen tutkimuksen luotettavuutta tukee se, kuinka tarkasti tutkijat kuvaavat sen toteuttamista kaikissa eri vaiheissa. Olosuhteet, joissa opinnäytetyö on tehty tulisi kuvata hyvinkin tarkasti ja totuudenmukaisesti. Esimerkiksi havainnointitutkimuksesta kuvataan olosuhteet ja paikka, jossa aineisto on kerätty. On aiheellista kuvata aika, joka aineiston keräämiseen on kulunut, häiriötekijät jos sellaisia on havaittu ja tutkijan itsearvio tehdystä työstä. (Hirsjärvi ym. 1996: 227.)

Aineistoa kerätessä kirjasimme kaiken muistikodissa tapahtuneen mahdollisimman tarkasti. Kirjauksissa ei ollut mitään suoria tunnistetietoja. Opinnäytetyön edetessä arvioimme omien arvojen ja asenteiden vaikutusta tuloksiin. Tiedostimme omien arvojen ja asenteiden mahdollisesti vaikuttavan ja ohjaavan toimintaamme. Arvioidessamme aineistoa pidimme kirkkaana mielessä, että teemoittelua sekä analyysia ohjaa teoriatieto, eivät omat asenteemme ja arvot. Suhtauduimme havainnointiin avoimin mielin ja arvioimme ammatillisesti kerätyn aineiston. Saatu aineisto on myllytetty moneen kertaan ja tilanteita on pohdittu vuorovaikutuksen näkökulmasta. Olemme suhtautuneet omaan ajatteluunme kriittisesti ja kävimme jatkuvaa arvioivaa keskustelua tuloksista keskenämme.

Tuloksista nostamme kehittämistarpeita vuorovaikutuksen, osallisuuden ja yhteisöllisyyden osa-alueilta. Ennen ruokailuja ja ruokailutilanteiden jälkeen ilmapiiri oli usein odotettava ja pysähtynyt. Ruokailutilanteet saivat aikaan kovan kiireen ja pohdimme, miksi näin tapahtui. Ennen ruokailua asukkaan tulee kuulla mitä tänään on ruokana. Ruokahalua herätellään yhdessä esimerkiksi Lusikka suuhun -jumpan avulla. Asukkaille tulee kertoa päivän kulusta, jotta he voivat orientoitua aikaan ja paikkaan paremmin. Muistikodissa ei ollut muistitarjoumia, joihin asukkaat voisivat tarttua tai mitkä tukisivat heidän ja työntekijän välistä vuorovaikutusta. Muistitarjoumat tukevat asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta ja ne tulee koota käyttäjiensä näköisiksi sekä asettaa helposti saataville. Pöydällä lojuvat värikynät, tippunut sanomalehti tai sekainen lankakerä ei haittaa, vaan ne luovat kodikkuutta. Muistikodissa tulee olla asukkaille tarjolla levähdys- ja mielipaikkoja. Kehittämisehdotuksena fysioakustinen tuoli, jolla asukas voi kuunnella rauhoittavaa musiikkia, luonnonääniä ja tuolin äänivärähtelyt hivelevät kehoa.

Näkemyksemme mukaan työntekijöiden tulee ohjata asukkaita yhteiseen kanssakäymiseen. Jäimme kaipaamaan työntekijöiden ja asukkaiden välisiä, yhteisiä tuokioita, jotka loisivat yhteenkuuluvuuden ja kodikkuuden tunteita. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi aamuhetket, jolloin orientoidutaan aikaan ja paikkaan. Pitkiin odotusaikoihin tulee kehittää toimintaa, esimerkiksi yhdessä pohtia maailman tapahtumia tai muistella millaista elämä oli ennen.

Muistikoti on asukkaiden koti ja tätä näkökulmaa työntekijöiden tulee pohtia. Millaisilla asioilla voin vaikuttaa asukkaan tunteeseen omasta kodista? Kuinka ottaa yhteisön jäsenet mukaan suunnittelemaan ja toteuttamaan heidän arkeaan ja kotiaan? Jäimme pohtimaan, kuinka työntekijöiden tulee muistaa, että he ovat asukkaan kotona siitakin huolimatta, että muistikoti on yhteisesti jaettu palveluasumisen muoto. Työntekijät ovat

vieraina työskennellessään asukkaan kotona. Näkemyksemme mukaan henkilöt, jotka työskentelevät muistikuntoutujien kanssa tarvitsevat jatkuvaa koulutusta muistityöstä, joka sisältää vuorovaikutusosaamisen, kohtaamistaidot ja kyvyn nähdä muistikuntoutuja kokonaisvaltaisena ihmisenä.

Jatkossa työntekijöiden vuorovaikutusosaamista ja kohtaamistaitoja voidaan kartoittaa samankaltaisella opinnäytetyöllä ja näin selvittää tämän opinnäytetyön vaikutuksia muistityössä. Tulevaisuudessa kannattaisi selvittää myös organisaatioiden, rakenteiden ja järjestelmän toimivuutta laadukkaan muistityön mahdollistajana. Poliittisilla päätöksillä ja lainsäädännöllä luodaan raamit ja rakenteet, joiden mukaan vanhuspalveluja toteutetaan ja kehitetään. Toivomme, että opinnäytetyömme herättää keskustelua muistikodeissa ja työyhteisöt tarkastelevat toimintatapojaan ja käytänteitään muistikuntoutujien elämänlaadun parantamiseksi ja ylläpitämiseksi.

Haluamme kiittää yhteistyökumppaneitamme, jotka osallistumisellaan mahdollistivat tämän opinnäytetyön tekemisen. Kiitos kaikille työntekijöille rohkeudesta antaa työskentelytapansa arvioitavaksi ja muistikodin ainutlaatuisille asukkaille ja heidän omaisilleen mielenkiinnosta opinnäytetyötämme kohtaan.

Lähteet

Dunderfelt, Tony 2016. Läsä oleva kohtaaminen. Jyväskylä: Ps-kustannus.

Eloniemi-Sulkava, Ulla – Savikko, Niina (toim.) 2011. MielenMuutos pitkäaikaishoidossa. Käytösoireiden hoidosta muistisairaahan ihmisen hyvinvoinnin kokonaisvaltaiseen tukemiseen. Raisio: Vanhustyön keskusliitto.

Eloniemi-Sulkava, Ulla 2016. Psykososiaalisiin tarpeisiin vastaaminen hoito- ja hoivatyössä. Amialife. Saatavilla osoitteessa: <<http://www.amialife.fi/psykososiaalisiin-tarpeisiin-vastaaminen-hoito-ja-hoivatyossa/>>. Luettu 22.3.2018.

Erkinjuntti, Timo – Remes, Anne – Rinne, Juha – Soininen, Hilkka 2015. Muistisairaudet. Helsinki: Duodecim.

Hallikainen, Merja – Mönkäre, Riita – Nukari, Toini 2017. Muistisairaahan hoidon hyvät käytännöt. Helsinki: Duodecim.

Hallikainen, Merja – Mönkäre, Riitta – Nukari, Toini – Forder Marjo (toim.) 2014. Muistisairaahan kuntouttava hoito. Helsinki: Duodecim.

Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 1996. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Husso, Riitta 2017. ”Havainnointi on arvokas omavalvonnan tietolähde”. Suomen muistiasiantuntijat ry. Saatavilla osoitteessa: <<http://www.muistiasiantuntijat.fi/index.php?sid=158&src=ajan-kohtaista&udpview=ajankohtaista>>. Luettu 22.11.2017.

Kan, Suvi – Pohjola, Leena 2012. Erikoistu vanhustyöhön. Helsinki: Sanoma Pro oy.

Kananen, Jorma 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän Ammattikorkeakoulu.

Kuula, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Bookwell Oy.

Laaksonen, Ritva – Rantala, Leena – Eloniemi-Sulkava, Ulla 2016. Ymmärrä – Tule ymmärretyksi. Vuorovaikutus muistisairaahan ihmisen kanssa. Suomen muistiasiantuntijat ry.

Suomen muistiasiantuntijat. Muistisairaudet, kieli ja vuorovaikutus. Saatavilla osoitteessa: <<http://www.muistiasiantuntijat.fi/memo.php?udpview=read&src=db25114&sid=111&is-sue=2011-02&lang=fi>>. Luettu 6.11.2017.

Martela, Frank 2012. Caring Connections Compassionate mutuality in the organizational life of a nursing home. Helsinki: Aalto University.

Muistiliitto 2016. Hyvän hoidon kriteeristö. Työkirja työyhteisöille muistisairaiden ihmisten hyvän hoidon ja elämänlaadun kehittämiseen ja arviointiin. Muistiliitto ry.

Papunet 2017. Muistisairaus vaikuttaa vuorovaikutukseen. Saatavilla osoitteessa: <<http://papunet.net/tietoa/muistisairaus-vaikuttaa-vuorovaikutukseen>>. Luettu 13.11.2017.

Pietilä, Minna – Heimonen, Sirkka-Liisa – Eloniemi-Sulkava, Ulla – Savikko, Niina – Köykkä, Terhi – Sillanpää-Nisula, Heli – Frosti, Sonja – Saarenheimo, Marja 2010. Kohtaamisia vai ohituksia? Gerontologia 2010 (3). 261–266.

Pohjavirta, Hillervo 2012. Onko tänään eilen. TunteVa -opas muistisairaita hoitaville. Tampere: Tampereen Kaupunkilähetys ry.

Saaranen-Kauppinen, Anita – Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavilla osoitteessa: <<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>>. Luettu 11.2.2018.

Sarvimäki, Anneli – Heimonen, Sirkkaliisa – Mäki-Petäjä-Leinonen, Anna 2010. Vanhuus ja haavoittuvuus. Helsinki: Edita.

Semi, Taina – Salmi, Tuija – Mykkänen, Jukka 2016. Yötaivaan toivo. Muistiystävällinen ympäristö - tilasta kokemukseen. GeroArt muistityön käsikirja 2. Espoo: T&J Semi oy.

Semi, Taina 2015. Mieleen tatuoitu minuu. Ihmislähtöinen elämäntapa muistityössä. T&J Semi oy/ GeroArtist.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2012. Kansallinen muistiohjelma 2012–2020. Tavoitteena muistiystävällinen Suomi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Suomen muistiasiantuntijat n.d. Muistisairaudet, kieli ja vuorovaikutus. Saatavilla osoitteessa: <<http://www.muistiasiantuntijat.fi/memo.php?udpview=read&src=db25114&sid=111&issue=2011-02&lang=fi>>. Luettu 6.11.2017.

Suomen realiteettiterapiayhdistys ry 2018. Terapia. Saatavilla osoitteessa: <<http://www.realiteettiterapia.fi/soveltuvuus/terapia/>>. Luettu 29.3.2018.

Suvanto ry. Ikäihmisten kaltoinkohtelu. Saatavilla osoitteessa: <<https://www.suvantory.fi/ikaihminen-kaltoinkohtelu/>>. Luettu 28.3.2018.

Topo, Päivi – Sormunen, Saila – Saarikalle, Kristiina – Räikkönen, Outi – Eloniemi-Sulkava, Ulla 2009. Kohtaamisia Dementiahoidon arjessa. Havainnointitutkimus hoidon laadusta asiakkaan näkökulmasta. Jyväskylä: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.

Vataja, Risto 2014. Muistisairaahan käyttäytymisen muutosten syyt. Teoksessa Muistisairaahan kuntouttava hoito. Hallikainen, Merja – Mönkäre, Riitta – Nukari, Toini – Forder Marjo (toim.) Helsinki: Duodecim. 47–49.

Vilka, Hanna 2006. Tutki ja havainnoi. Vaajakoski: Tammi.

Liitteet

Liite 1

TIEDOTE TYÖNTEKIJÖILLE HAVAINNOINTITUTKIMUKSESTA

Geronomiopiskelijat Katja Kärki ja Anna-Leena Salonoja, tulevat tekemään havainnointitutkimusta ryhmäkotiinne loka- marraskuussa 2017. Tulemme havainnoimaan työntekijöiden ja asukkaiden välistä vuorovaikutusta ryhmäkodin arjessa. Havainnoinnit tehdään eri vuorokauden aikoina ryhmäkodin yhteisissä tiloissa. Havainnointi tullaan tekemään niin, että se häiritsee mahdollisimman vähän työntekijöiden työskentelyä. Havainnoinnin aikana teemme muistiinpanoja, mutta kaikki tulee kirjattua anonymisti. Kaikki tieto tullaan käsittelemään täysin luottamuksellisesti ja opiskelijoina meitä sitoo vaitiolovelvollisuus.

Tulemme pyytämään teitä täyttämään vielä erillisen suostumuslomakkeen. Suostumuslomake tullaan jakamaan myös asukkaille ja/tai omaisille.

Tutkimuksen tulokset analysoidaan ja raportoidaan, työ on osa opinnäytetyötämme. Raportoinnissa ei tulla mainitsemaan organisaatiota eikä työyksikköä.

Työmme tarkoituksena on havainnoida asukkaan ja työntekijän välistä vuorovaikutusta ryhmäkodissa. Tavoitteena on tuoda näkyviksi hyvät kohtaamiset ja käytännöt muistikuntoutujien arjessa.

Annamme mielellämme lisätietoja ja vastaamme kysymyksiinne. Yhteistyöstä kiittäen:

Anna-Leena Salonoja

Katja Kärki

Geronomiopiskelija

Geronomiopiskelija

anna-leena.salonoja@metropolia.fi

katja.karki@metropolia.fi

Liite 2

TIEDOTE ASUKKAILLE TULEVASTA HAVAINNOINTITUTKIMUKSESTA

Geronomiopiskelijat Metropolia Ammattikorkeakoulusta tulevat tekemään havainnointitutkimusta ryhmäkotiin loka- marraskuussa 2017. Opiskelijat havainnoivat osaston yhteisissä tiloissa työntekijöiden ja asukkaiden välistä vuorovaikutusta.

Havainnoinnin aikana tulemme tekemään muistiinpanoja, mutta kaikki tieto tulee kirjattua anonyymisti. Tiedot tullaan käsittelemään täysin luottamuksellisesti ja opiskelijoina meitä sitoo vaitiolovelvollisuus.

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Osallistumisen tutkimukseen voi halutessaan perua milloin tahansa. Tulemme pyytämään teitä täyttämään vielä erillisen suostumuslomakkeen. Kieltäytyminen tutkimuksesta ei tule vaikuttamaan saamaanne hoidon tasoon.

Vastaamme mielellämme lisäkysymyksiin.

Yhteistyöstä kiittäen:

Anna-Leena Salonoja

Katja Kärki

Geronomiopiskelija

Geronomiopiskelija

anna-leena.salonoja@metropolia.fi

katja.karki@metropolia.fi

Liite 3

Havainnointitutkimus hoitajien ja asukkaiden välisestä vuorovaikutuksesta

SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Suostun siihen, että Metropolia Ammattikorkeakoulun geronomiopiskelijat ovat läsnä ryhmäkodissa, seuraavat toimintaa ja tekevät havaintoja vuorovaikutuksesta asukkaiden ja työntekijöiden välillä sekä tekevät muistiinpanoja. Opiskelijat saavat kertoa tuloksista työnantajalle.

Osallistumiseni tutkimukseen on täysin vapaaehtoista. Halutessani voin peruuttaa tutkimukseen osallistumisen, milloin tahansa.

Paikka ja aika:

Allekirjoitus:

Liite 4

Observationsstudie av interaktionen mellan vårdgivare och boende, samtycke till forskningsstudie om deltagande

Jag ger mitt medgivande att Metropolia Yrkeshögskolan geronomstuderande Anna-Leena Salonoja och Katja Kärki finns i en gruppboestad, följande aktiviteter i de gemensamma utrymmena och göra observationer av samspelet mellan de boende och anställda och göra anteckningar. Studenterna kommer att ge en rapport om resultatet till arbetsgivaren.

Mitt deltagande i studien är helt frivilligt. Jag kan avsluta mitt deltagande i studien när som helst. Dessa avtal är skrivna i två delar.

En deltagare och en av de Metropolia Yrkeshögskola studenter

Ort och datum: Underskrift:

Boendets namn: namn och underskrift av dess utmärkta:

Anna-Leena Salonoja

Katja Kärki

anna-leena.salonoja@metropolia.fi

katja.karki@metropolia.fi

Liite 5

Information om den framtida observationsstudien till dom boende

Två geronomstudenter i Metropolia Yrkeshögskola kommer att göra forskning om interaktionen mellan vårdgivare och boende i oktober-december 2017.

På grupppustaden kommer vi övervaka de gemensamma utrymmena om samspelet mellan arbetare och boende. Under observation kommer vi att göra anteckningar och all information kommer att registreras i anonymt.

Information kommer att behandlas strikt konfidentiellt och vi har tystnadsplikt. Deltagandet i studien är helt frivilligt.

Deltagande i forskning kan välja att avbryta när som helst. Vi ber dig att fylla även en separat medgivande. Om man avbryta forskning det påverkar inte nivån på den vård du fått.

Svarar vi gärna om ni har ytterligare frågor

Med vänliga hälsningar:

Anna-Leena Salonoja

Katja Kärki

anna-leena.salonoja@metropolia.fi

katja.karki@metropolia.fi

Liite 6

Apukaavake

<p>Sanallinen viestintä: sanat, kielenkäyttö, erilaiset murteet, alan ammattisanasto</p> <ul style="list-style-type: none"> • tervehtiminen • käskyttäminen • lässyttäminen • kannustetaan käyttämään omia kykyjä, esim. ruokailutilanteissa • rohkaisu • positiivisuus • huumori 	<p>Fyysinen viestintä, erilaisia vuorovaikutuksen tapoja: eleet ja ilmeet, äänensävy, ja kovuus, puhetapa, kosketus</p> <ul style="list-style-type: none"> • katsekontakti • kuuntelu • kiirettämyys • kiire • keskeytetäänkö asukkaan puhe • selkokieli • rauhallisuus
<p>Tunteilla viestiminen: ilmapiiri, fiilis, tunnelma, tunteet</p> <ul style="list-style-type: none"> • yleistunnelma • läsnäolo • myötätunto • samalle tunnetasolle meneminen • tunteiden ja tarpeiden kuuntelu/tunnistaminen • tasa-arvoisuus • realiteettiterapia 	<p>Muu viestintä: tahtominen ja torjuminen</p> <ul style="list-style-type: none"> • holhoaminen • uhkailu • luokittelu • kiistäminen • esineellistäminen • ohittaminen • pakottaminen • syyttäminen • pilkkaaminen • halveksuminen • laiminlyönti